

**Univerzita Karlova v Praze**

**Pedagogická fakulta**

**Katedra tělesné výchovy**

**Příprava dětí mladšího školního věku  
v hasičském sportu**

**Preparation of early school age children in fire sport**

**Diplomová práce**

Autor diplomové práce: Zuzana Jermanová

Vedoucí diplomové práce: PhDr. et PaedDr. Ladislav Kašpar Ph.D.

Praha 2011

Ráda bych poděkovala PhDr. et PaedDr. Ladislavu Kašparovi Ph.D. za odborné vedení, cenné rady a hlavně trpělivost. Dále chci poděkovat svým rodičům a blízkým za podporu a v neposlední řadě i všem hasičům, kteří se podíleli na vzniku této práce.

Prohlašuji, že jsem diplomovou práci vypracovala samostatně, na základě vlastních zjištění a za použití pramenů uvedených v seznamu.

V Praze 2. 6. 2011

.....

podpis

**Anotace:**

Diplomová práce se zabývá přípravou dětí mladšího školního věku v hasičském sportu. Tento sport je známý jen jako sport dospělých a to jen velmi okrajově. V teoretické části chci tento sport přiblížit. Zabývám se historií hasičských sborů a dětí v nich, dále pak hasičskou hrou Plamen a v neposlední řadě osobností trenéra. Praktický výzkum je zaměřený na získání a vyhodnocení informací o přípravě dětí mladšího školního věku v hasičském sportu na benešovském okrese.

**Annotation:**

My thesis paper is focused on preparation of early school age children in fire sport. This sport is known as adult sport and only marginally. In theoretical part I want to bring near ideas of this sport. I deal with history of fire departments and children in these departments, next I am focused on fire game „Plamen“(Flame) and also trainer personality. Research is focused on searching and evaluation of informations about preparation early school age children in fire sport in Benešov district.

**Klíčová slova:**

mladý hasič, sbor dobrovolných hasičů, hra Plamen, trénink, vedoucí

**Keywords:**

young fire-man (firefighter), department of voluntary firefighters, game „Plamen“, training, coach

## Obsah

Úvod .....	7
1 Problémy a cíle práce .....	8

## Teoretická část

2 Stručná historie .....	9
2.1 Děti v hasičských sborech .....	10
3 Hasičská hra Plamen .....	11
3.1 Historie .....	11
3.2 Příprava soutěže .....	12
3.2.1 Pracovníci soutěže .....	13
3.3 Všeobecná pravidla soutěže .....	13
3.3.1 Podmínky pro účast družstva v soutěži .....	14
3.4 Disciplíny a jejich hodnocení .....	15
3.4.1 Závod požárnícké všestrannosti .....	15
3.4.2 Požární útok .....	19
3.4.3 Štafeta 4 x 60 m s překážkami .....	21
3.4.4 Požární útok s překážkami CTIF .....	22
3.4.5 400 metrů štafetový běh s překážkami CTIF .....	24
3.4.6 Štafeta požárních dvojic .....	25
3.4.7 Celoroční činnost .....	27
3.5 Postupy v soutěži .....	27
4 Odbornosti mladých hasičů .....	28
4.1 Preventista – junior .....	29
4.2 Strojník – junior .....	29
4.3 Preventista .....	29
4.4 Strojník .....	30
4.5 Kronikář .....	30
5 Trenér - vedoucí .....	30
5.1 Oprávnění .....	31
5.2 Osobnost vedoucího .....	31
5.2.1 Styly vedení .....	32
5.2.2 Složky tréninku .....	33
5.2.3 Plánování tréninku .....	37
6 Vývoj dítěte mladšího školního věku .....	38

## Výzkumná část

7 Hypotézy .....	40
8 Postup práce .....	41
9 Použité metody .....	42
9.1 Dotazník .....	42
10 Průběh výzkumu .....	44
10.1 Charakteristika zkoumaného souboru .....	44
10.2 Rozbor dotazníku .....	44
11 Diskuze .....	66
12 Závěry .....	68
Seznam příloh .....	74

## Úvod

Hasičský sport je velmi málo rozšířený v povědomí lidí. Konají se sice i mezinárodní soutěže, ale ty jsou na úrovni dospělých profesionálních hasičů. O dětech v tomto sportu se mnoho nemluví.

Tématem méj diplomové práce je „Příprava dětí mladšího školního věku v hasičském sportu“.

Toto téma jsem si zvolila proto, že je mi velmi blízké. Sama jsem u dobrovolných hasičů už patnáct let a na období svého mládí u hasičského sboru moc ráda vzpomínám.

Hlavní cílem méj práce je zjistit, jakým způsobem se děti v hasičských sborech na sport připravují.

Teoretická část začíná historickými fakty o hasičích a hasičských sborech. Volně přecházím na historii hasičských dětí. Následuje podrobný popis hasičské hry „Plamen“, která se nevztahuje jen na benešovský okres, ale je celorepubliková. Další velká kapitola je věnována osobnosti trenéra a tréninku, jeho složkám i plánování.

Ve druhé části už se zabývám přímo výzkumem. Jak už jsem uvedla, výzkum je zaměřen na přípravu dětí v hasičských sborech na okrese Benešov. Pro prozkoumání cíle jsme zvolila metodu dotazníku, který jsem všem vedoucím rozeslala.

## 1 Problémy a cíle práce

Výzkumné problémy:

- 1) Bude mít příprava dětí při tréninku vliv na celkové umístění v soutěži?
- 2) Jak pracují vedoucí se svými dětmi při trénincích a soutěžích?
- 3) Mají děti možnost účastnit se i jiných hasičských akcí, ve kterých by se mohly připravovat?
- 4) Jaké je složení družstva mladých hasičů?

Cíle práce:

Hlavním cílem mojí diplomové práce je analyzovat přípravu dětí mladšího školního věku v hasičském sportu na benešovském okrese.

Vedlejšími cíli je zjistit:

- jak často a intenzivně se připravují
- jaké je složení družstva
- zda mají děti možnost celoročních aktivit
- jakým způsobem vedoucí volí dítě na splnění disciplíny
- jak k dětem přistupují jejich vedoucí – motivace, práce s neúspěchem
- jestli děti odcházejí k nějakému jinému sportu.

Úkoly:

- 1) Shromáždit potřebnou literaturu
- 2) Prostudovat prameny
- 3) Vytvořit odpovídající dotazník
- 4) Rozeslat dotazníky
- 5) Vyhodnotit dotazníky a vytvořit závěry



## 2 Stručná historie

Domnívám se, že nebýt požárů, nebylo by hasičů. Požáry se ničily už v době před Kristem. Již v Alexandrii byl popsán případ, že se sestavilo první čerpadlo, které se používalo k hašení ohně. To se využívalo, s většími či menšími úpravami, až do 18. století.

Ve středověku byl velký nárůst stavění měst. A tudíž i vznikalo více požárů, protože domy ve městech byly dřevěné, nebo alespoň střechy měly ze šindelů. Na vesnicích bylo často velké množství sena a slámy, uskladněné přímo v domech nebo v jejich těsné blízkosti. Lidé neměli prostředky, jak požár zastavit, proto se stávalo, že i půl vesnice lehlo popelem. Vycházela nařízení, jak požárům předcházet a jak s nimi bojovat. Důležitou roli zde představovaly cechy, které dostaly přesné pokyny, jak při požáru postupovat.

Za doby Marie Terezie a následně jejího syna byla stanovena nejružnější nařízení, týkající se povinností obyvatel při požárech a zároveň i pokut a trestů při neuposlechnutí, která jsou čím dál podrobnější.

Významným mezníkem bylo vynalezení parního stroje. Hasičské stříkačky byly výkonnější a voda mohla být tažena i ze vzdálenějších vodních zdrojů.

Při prostudování kronik hasičských sborů zjistíme, že již od roku 1853 jsou v různých místech zakládány dobrovolné hasičské sbory. Tohoto roku vznikl v Praze podklad k prvnímu placenému sboru hasičů z povolání.

Roku 1867 nabyt platnosti zákon, který výrazně přispěl k zakládání hasičských sborů. Sbory byly ale přidruženy k Sokolu. Již v roce 1874 bylo sborů 107. V roce 1890 bylo 1176 sborů českých a 1183 sborů německých. Od roku 1876 se hasiči snaží vytvořit hasičskou jednotu, což se nepodařilo, a museli se přidat k jednotě německé. Po neshodách se však schází valná hromada a ustanovuje si svou jednotu. Ta funguje až do roku 1919, kdy uspořádání přebírá stát. ([www.stechovice.cz](http://www.stechovice.cz))

## 2.1 Děti v hasičských sborech

První zmínky o dětech v hasičských sborech jsou již z přelomu století, kdy začínají vznikat jinošské hasičské čety. Roku 1836 bylo uvedeno v platnost usnesení, jak se mají děti chovat v případě ohně. Ale ani to nijak nepomohlo k rozšiřování jinošských skupin. Proto byl roku 1902 schválen návrh o tom, jak zřizovat jinošské skupiny. Obsahoval rady, že hasičské jednoty mohou přijímat chlapce od 15 let se souhlasem otce. Návrh se neujal už z toho důvodu, protože mladí neměli zájem o členství. Hlavní problém je v tom, že je nevhodná výstroj a výzbroj pro mladé hasiče, a ty to odrazuje. O několik let později se snižuje věková hranice přijímání mladých chlapců, a to na 14 let.

Mezi světovými válkami se přidali mladí hasiči do řad hasičských sborů, kde nahradili své padlé kolegy, a zároveň se starali o znovuoobnovení pořádku v právě vzniklé republice. To byla ale veškerá práce s mladými hasiči v této době. Až v 30. letech se objevují zmínky o práci s dětmi (chlapci i dívkami) ve věku 8 – 14 a 14 – 18 let. Náplní práce byla nejen oblast hasičská, ale také oblast tělesné výchovy a kultury. V těchto letech se v sousedním Německu dostává k vládě A. Hitler se svými plány, na které hasičské sbory reagovaly větší přípravou svých členů v branné výchově. Před začátkem 2. světové války se věkové kategorie rozdělily na děti od 6 – 14 let a od 14 – 17 let.

Za 2. světové války vyšlo nařízení, které mělo velký dopad na hasičské sbory. Musely ze svých řad vyškrtnout všechny neárijské členy, změnil se pozdrav a bylo zakázáno nosit odznaky první republiky. Zbrojnice musí mít dvoujazyčný název. Proto se hasičské sbory věnovaly hlavně divadelní činnosti. Tento stav trval až do roku 1944, kdy byla divadelní představení zakázána.

Po skončení druhé světové války bylo nutné co nejrychleji oživit prořídlé hasičské sbory. Byla zřízena i dorostová komise, která se měla postarat nejen o formální stránku, jakou jsou dokumenty důležité pro vedení dorostu, ale i o vytvoření programů, podle kterých se má s dětmi pracovat. Pro získávání nových členů byla nutná i spolupráce s řediteli škol, děti navštěvovaly hasičské zbrojnice, seznamovaly se s hasičským povoláním a posláním. Existovala i spolupráce mezi hasičskými jednotami a tělovýchovnými spolky, jakým byly Sokol nebo Junák.

V roce 1952 byla poprvé vyhlášena celostátní soutěž pro mládež, která byla předchůdcem dnešní soutěže Plamen. O několik let později proběhl první letní tábor pro mladé hasiče (požárníky).

Od této doby byla práce s mladými hasiči stále intenzivnější. Konala se různá školení vedoucích mladých hasičů, vznikaly směrnice, jak s dětmi pracovat. Práce se zaměřovala už i na děti v mateřských školách. Sbory se zúčastňovaly i mezinárodních soutěží. Čím dál více sbory organizovaly pro děti besedy, výstavy hasičských výstrojí, výzbrojí a techniky.

### **3 Hasičská hra Plamen**

#### **3.1 Historie**

Poprvé se hra uskutečnila v roce 1972. Byla to motivace pro získávání znalostí a dovedností nejen v oblasti hasičské, ale i kulturní, turistické, branné...

Zahrnovala znalostní test, který se zaměřoval na oblast hasičské historie, historie státu a budování socialismu. Test měl svá úskalí v tom, že vedoucí dětem historii nevyprávěli, ale jen je učili správné odpovědi.

Největší částí byla práce s hasičskou technikou, tedy s hadicemi, znalost a použití proudnic, motorové stříkačky, hasicích přístrojů apod.... Děti mohly získat i odznaky znalostí a zdatností.

Hra Plamen se vyvíjela, měnily se disciplíny. Některé přetrvaly dodnes, některé se vyřadily úplně, jako například shazování kuželek hadicí, některé jsou relativně nové, například požární útok a štafeta CTIF.

### 3.2 Příprava soutěže

Příprava samotné soutěže je celoroční záležitostí. Jako jeden z důvodů je ten, že celá hra Plamen se dělí na dvě kola – podzimní a jarní. Každý okres (oblast) si tato dvě kola má možnost připravit podle svého, ale vždy se musí řídit směrnicemi. Např. na benešovském okrese je v podzimním kole pouze Závod požárnické všestrannosti a ostatní disciplíny až v kole jarním, v pelhřimovském okrese je na podzim Závod požárnické všestrannosti a jeden pokus požárního útoku CTIF, ostatní disciplíny proběhnou až na jaře.

Když jsem patřila k mladým hasičům, pamatuji si, že pro nás mělo větší váhu kolo jarní. Bylo tam více disciplín, ve kterých jsme se mohli ukázat, potkali jsme se tam se svými kamarády z jiných družstev. U podzimního kola to moc nešlo. Jelikož je toto kolo založeno na principu branného závodu, s ostatními družstvy jsme se viděli jen ráno, když jsme se prezentovali, a odpoledne, když byl slavnostní nástup. Domnívám se, že stejné pocity mají i dnešní děti. Soudím to z toho důvodu, že jsem se na obou kolech byla podívat, a situace je stejná i po patnácti letech.

Hra Plamen tedy oficiálně začíná 1. září a končí 31. srpna následujícího roku. Můžeme to tedy přirovnat k roku školnímu. Záleží na organizátorech, v jakých termínech obě kola proběhnou, je ale nutné, aby jarní okresní kolo hry proběhlo dříve, než kola vyšší, tzn. kolo krajské, republikové, mezinárodní. Nikde není pevně stanoveno, jakým klíčem se bude určovat místo příští soutěže. Většinou to probíhá tak, že určité Sdružení dobrovolných hasičů o to požádá a navrhne další ročník právě ve své obci.

Překážky, které jsou ke konání soutěže potřeba, jsou dostupné pro všechny sbory. Neznamená to tedy, že pokud se SDH (Sbor dobrovolných hasičů) rozhodne konat hru Plamen ve své obci, musí si zároveň nechat vyrobit a zafinancovat veškeré překážky a jiný materiál, který je nutný ke správnému plnění soutěže. Veškeré potřebné věci si může půjčit na Okresní sdružení hasičů.

Financování celé soutěže na okresní úrovni obstarává organizátor ze svého rozpočtu. Může požádat o sponzorský dar nebo příspěvek příslušné organizace. Soutěže na krajské a vyšší úrovni hradí ze svého rozpočtu Sdružení hasičů Čech, Moravy a Slezska.

### **3.2.1 Pracovníci soutěže**

Kompetentní orgán Sdružení hasičů Čech, Moravy a Slezska volí štáby soutěže, které odpovídají za přípravu a správné postupy v soutěži. Podle směrnic hry je můžeme rozdělit do dvou skupin:

a) „organizačně-technická část, kterou tvoří: sčítací komise, tiskové středisko, stravovací komise, ubytovací komise, redaktor zpravodaje (pokud zpravodaj byl vydán), hlasatel, vedoucí technické skupiny a vedoucí jednotlivých komisí a středisek, členové štábu zajišťující technickoorganizační činnost. Organizačně-technický štáb zajišťuje organizační a technickou stránku soutěže.

b) řídicí část, kterou tvoří: náčelník štábu, zástupce náčelníka štábu, velitel soutěže, hlavní rozhodčí a rozhodčí jednotlivých disciplín. Tato část štábu nepřímo řídí organizačně technickou část štábu a řeší případné problémy vzniklé v průběhu soutěže. V případě hlasování má při shodném počtu hlasů náčelník štábu hlas rozhodovací.“ (SH ČMS, 2004: s. 11)

### **3.3 Všeobecná pravidla soutěže**

Soutěže se může zúčastnit jakékoliv družstvo, která má minimálně 9 členů, jde o družstva smíšená. U soutěže se nerozlišuje pohlaví, pouze věk. Dětem nesmí být 1. 9. v roce, kdy se zahajuje nový ročník soutěže, 15 let, respektive 11 let pro kategorii „mladší“. Pokud mají toho dne narozeniny, jsou automaticky přesunuty do vyšší kategorie, tedy „dorostenci“, resp. „starší“.

Jak už jsem naznačila, ve hře Plamen pro mladé hasiče jsou dvě kategorie:

- mladší – to jsou děti do 11 let

- starší – děti od 11 do 15 let.

Doporučený věk pro vstup dítěte do hry je 6 let. Sama si ale pamatuju, že moje kamarádka běhala už od pěti let. Tenkrát se musela „ostaršit“, aby mohla vůbec na soutěž jet. To spočívalo v tom, že jí v její průkazce o členství v SDH Divišov napsali o rok starší datum narození. Teď už je situace vyřešena tak, že děti mladší 6ti let jsou zařazeni do tzv. Přípravky. To jsou děti z mateřských škol, které se učí základy hasičského sportu. Nicméně jejich věk je nevylučuje z toho, aby se hry Plamen zúčastnily.

Každé SDH může mít více družstev pro soutěž, jedinou podmínkou je, že každé dítě může soutěžit pouze za své družstvo. Není tedy přípustné, aby děti běžaly v rámci více družstev ve svém SDH, ani v rámci jiných SDH.

### **3.3.1 Podmínky pro účast družstva v soutěži**

Jak už jsem uvedla, minimální počet členů v jednom družstvu je 9. V rámci soutěže je možnost postavit více družstev. V soutěži je dovoleno, že dítě ve věku kategorie „mladší“ může soutěžit v kategorii „starší“. Obráceně to není možné. Do krajského a vyššího kola soutěže mohou postoupit jen děti v kategorii „starší“.

Přihlášky do soutěže je nutné zaslat před začátkem nového ročníku hry. Už jen z toho důvodu, že pokud dojde ke změnám v soutěži, musí Okresní odborná rada mládeže (OORM) informovat všechny přihlášené kolektivy před začátkem nového ročníku, tedy v srpnu.

Každé dítě ve družstvu má svůj průkaz členství v SDH a při prezenci ho předkládá ke kontrole. Průkaz je platný jen tehdy, je-li na něm fotografie a záznam o placení členských příspěvků.

Nejdůležitější podmínkou pro start v soutěži je sportovní oblečení, které zakrývá lýtka a lokty. Je to z důvodu bezpečnosti. Když jsem byla malá a u hasičů jsem začínala, na nutnost mít zakryté především lokty se moc nedbalo.

Další nezbytným vybavením jsou přilba a opasek. Přilba může být jakákoliv, která je schválena dle ČSN. Jsou disciplíny, ve kterých se přilba ani opasek nepoužívají, ale je to jen výjimečně.

Je důležitá i sportovní obuv a z důvodu bezpečnosti nesmíme, ani v kategorii dospělých, nosit tretry či kopačky.

### **3.4 Disciplíny a jejich hodnocení**

Hodnocené disciplíny soutěže jsou tyto:

#### **Podzimní kolo:**

- závod požárnické všestrannosti

#### **Jarní kolo:**

- požární útok
- štafeta 4 x 60 metrů s překážkami
- požární útok s překážkami CTIF
- štafeta CTIF
- štafeta požárních dvojic
- vyhodnocení celoroční činnosti.

#### **3.4.1 Závod požárnické všestrannosti**

Je to první kolo hry, které se koná na podzim. Je to jednodenní akce, většinou celodenní, záleží na počtu přihlášených družstev.

Závod je založen na branně-vědomostních dovednostech. Družstvo je složeno z velitele a čtyř členů hlídky, tedy 4+1. Z jednoho družstva se mohou složit i dvě hlídky, pokud

mají dostatek dětí. Započítává se lepší výsledek z obou hlídek. Na trať kromě hlídek nesmí žádná cizí osoba.

Délka trati v kategorii „mladší“ je 2 km, v kategorii „starší“ je 3 km. Trať si představte jako klasický branný závod. Běží se všude, kde je to možné (les, louka, pole...), podle barevných fáborků. Na trati je několik stanovišť (kontrol), kterými musí celá hlídka projít. Na startu obdrží hlídka kartičku, na kterou je zapsán čas startu, v cíli se doplní čas ukončení závodu a průběžně se do ní zapisují trestné body z kontrol.

#### První kontrola: STŘELBA ZE VZDUCHOVKY

Děti střílí ze vzduchovky v poloze ležícího střelce. U kategorie „mladší“ je povolena opora, to znamená, že děti mohou mít hlaveň vzduchovky opřenou o připravenou podpěru, např. ležící kmen stromu.

K dispozici je pět vzduchovek, každý má za úkol třemi rány srazit tři špalíčky, které musí mít velikost 7 x 5 x 2 cm, vzdálené 10 m od vzduchovek. Špalíčky jsou 30 cm nad zemí. (SH ČMS, 2004: s. 64) Pokud se někomu povede sestřelit své špalíčky a zbyde mu ještě nějaká diabola, nesmí střílet na špalíčky svých kolegů.

Za každý nesesťelený špalíček má hlídka jeden trestný bod.

#### Druhá kontrola: ZÁKLADY TOPOGRAFIE

Na této kontrole je hned několik úkolů. Nejdříve si děti vylosují jednu topografickou značku, kterou musí správně určit. Správná podoba značky i název je uveden ve směrnících. Poté je úkolem zorientovat mapu pomocí buzoly. A poslední úkol, pouze pro kategorii „starší“, je určení azimutu jednoho orientačního bodu. Při pojmenovávání topografických značek si členové nesmí vzájemně radit.

Při této kontrole se hodnotí správnost názvu topografické značky, správně zorientovaná mapa (je povolena tolerance) a správný azimut bodu (opět je povolena tolerance).

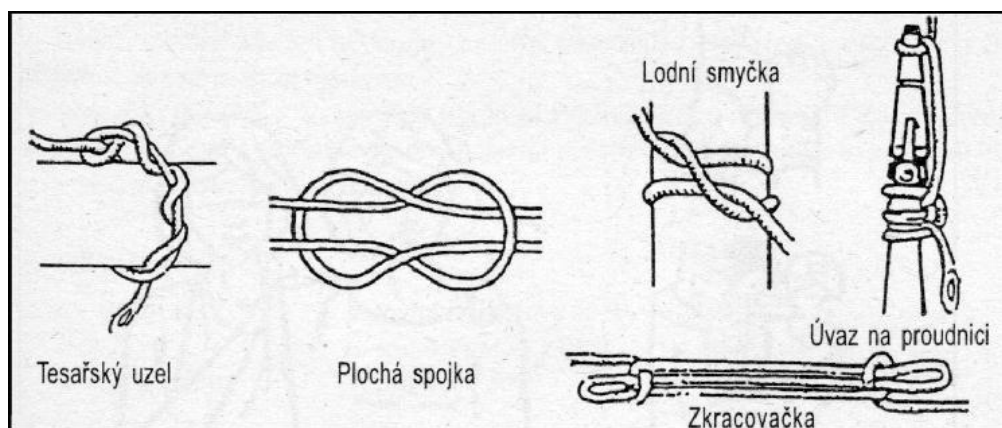
Každá nesprávně určená značka se hodnotí jedním trestným bodem.



### Třetí kontrola: UZLOVÁNÍ

Každý z členů hlídky si vytáhne název jednoho z pěti uzlů (obrázek 1) a tento uzel následně uváže. Vše probíhá bez mluvení. Největším problémem vždy bývala lodní smyčka, kdy provaz musí vytvořit tvar písmena Z. Druhým nejtěžším bych označila plochou smyčku, protože se váže podobně jako uzel na tkaničce, ale ne vždy se povede uvázat správně. Je nutná teoretická znalost. Naopak nejlehčím byl vždy tesařský uzel.

**Obrázek 1 Druhy uzlů**



Zdroj: Směrnice pro celoroční činnost kolektivu mladých hasičů, 2004, str. 69

Kritériem hodnocení správnosti uzlů je jejich funkčnost. Za každý nesprávně uvázaný uzel jsou 3 trestné body.

### Čtvrtá kontrola: ZÁKLADY PRVNÍ POMOCI

Na tomto stanovišti se členové hlídky rozdělí na trojici a dvojici. Jsou zde dva úkoly. První je úkol pro tři - ošetřit poraněné koleno a transportovat zraněného pomocí stoličky z rukou. Na dvojici zbývá ošetřit poraněnou ruku a opět transport. Vše na obrázku 2.

**Obrázek 2 Zdravověda**



Zdroj: Směrnice pro celoroční činnost mládeže, 2004, str. 71

Trestné body se udělují za nesprávné ošetření a chybný transport.

Největším problémem při plnění tohoto úkolu bylo správně ošetřené koleno. Děti zapomínaly na to, že uzel smí být nad ránou, pod ránou, ale nikdy ne na ráně nebo na té straně kolena, kde by působil nepříjemně – vně či uvnitř.

#### Kontrola pátá: POŽÁRNÍ OCHRANA

Každý člen si vytáhne jeden piktogram a přiřadí ho k odpovídajícímu prostředku. V praxi to znamená, že si vytáhne piktogram (např. proudnice) a na zemi musí proudnici najít a piktogram k ní přiložit. Členové družstva si nesmí radit ani napovídat.

Druhá část kontroly probíhá také bez mluvení, člen si vytáhne obrázek s hořlavou látkou (např. benzin, knihy...). Musí správně určit, jakým hasebným prostředkem lze a jakým nelze látku hasit.

Trestné body se udělují za nesprávné určení piktogramu i hasebného prostředku.

## Kontrola šestá: PŘEKONÁNÍ PŘEKÁŽKY PO VODOROVNÉM LANĚ

Celé družstvo – člen po členovi, musí překonat 3 metry, resp. 4 metry „starší“, po laně, které je nataženo mezi dvěma stromy v maximální výšce 2 metry. Styl je na každém členovi, hodnotí se pouze, zda člen vzdálenost překonal, či nikoliv.

Po proběhnutí cílem se z kartičky spočítají trestné body, které se přepočítají na čas. Vítězí družstvo, které dosáhlo nejrychlejšího času.

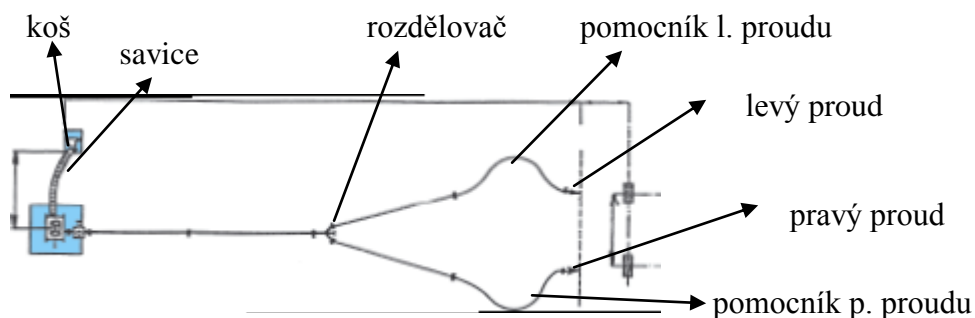
### 3.4.2 Požární útok

Požární útok bych nazvala královskou disciplínou. Na této disciplíně se ukáže, jak mají jednotlivá družstva natrénováno. Bohužel se také ukáže i jejich povaha, když se jim útok nepovede. Úkolem soutěžících je natáhnout vedení vody a sestřelit plechovky, resp. nastříkat dostatek vody do terčů. U nástřikových terčů určí čas elektronická časomíra, u plechovek měří čas tři časoměřiči. Počítá se prostřední změřený čas. Např. časoměřiči změří časy 21,36 vteřin, 20,97 vteřin a 21,12 vteřin. Družstvu bude zapsán čas 21, 12 vteřin.

Družstvo má dva pokusy, pokud se přímo na soutěži neurčí jinak. Pokus je neplatný z několika důvodů, které jsou uvedeny ve směrnících, jako příklad uvedu zásah cizí osoby. V takovém případě se družstvo řadí na poslední místo v této disciplíně.

Požárního útoku se účastní 7 členů družstva, z nichž každý má své místo. Nemohou se v průběhu útoku měnit. Popis pozic členů jsem uvedla v obrázku 3. Strojníka dělá „mladším“ velitel nebo jiný dospělý člen SDH, u kategorie „starší“ si stříkačku obsluhují samy děti. Savice (hadice, které vedou vodu od nádrže do stříkačky) má kategorie „mladší“ sešroubované, „starší“ si savice šroubují sami.

**Obrázek 3 Schéma hasičského útoku**



Zdroj: Směrnice pro celoroční činnost kolektivů mladých hasičů, 2004, str. 31 a vlastní úpravy

K provedení útoku jsou potřeba čtyři hadice C o délce 10 m, dvě hadice B o délce 10 m, dvě proudnice, rozdělovač, dvě savice, sací koš, čtyři hákové klíče a samozřejmě motorová stříkačka. Savice vedou vodu z nádrže, pomocí sacího koše, do stříkačky. Od stříkačky vedou dvě hadice B k rozdělovači, odtud hadice C k proudnicím. Levý a pravý proud je vzdálený pět metrů od nástřikových terčů, resp. stojanů s plechovkami. V těchto místech je označena i nástřiková čára, která nesmí být závodníky překročena.

**Obrázek 4 Hasičský útok po odstartování**



Zdroj: Vlastní fotografie

### 3.4.3 Štafeta 4 x 60 m s překážkami

Na štafetu se připravuje osm dětí do dvou rozběhů. Do výsledku se počítá rychlejší čas. Z vlastní zkušenosti vím, že první štafeta se staví tak, aby byl výsledek jistý, to znamená, že nezáleží na času, ale první štafeta musí dokončit. Druhá štafeta je zvolena tak, aby byla co nejrychlejší, ovšem s tím rizikem, že třeba nedoběhne. Důležité je, aby se mohl zapsat alespoň jeden čas. Pokud se tak nestane, družstvo se v této disciplíně řadí na poslední místo.

Štafeta se běhá na oválu, který je rozdělen po úsecích dlouhých 60m. V oválu jsou označena náběhová území a předávací území. Štafetová proudnice musí být předána dalšímu závodníkovi pouze v předávacím území. Náběhové slouží jen pro rozběh a získání rychlosti.

Bohužel se často stává, že sami vedoucí družstev se v té změti čar nevyznají, dítě špatně postaví, to potom předá (resp. převezme) štafetu v náběhovém území a pokus je neplatný. O dalších kritériích neplatnosti pokusu se opět dočteme ve směrnících.

V prvním úseku musí závodník přeběhnout kladinu, která je ve výšce 80 cm nad zemí. Ve druhém úseku další závodník přeskakuje příčné břevno s výplní, které je vysoké 80 cm a široké max. 2 metry. Ve třetím úseku musí závodník přenést hasicí přístroj z vyznačeného místa na podložku a v závěrečném úseku závodník spojí hadice, napojí na připravený rozdělovač a s proudnicí připojenou na hadici běží do cíle. V cíli bývá elektronická časomíra, která se vypíná v okamžiku, kdy soutěžící protne jakoukoliv částí těla světelný paprsek. Pokud není časomíra elektronická, opět čas hlídají tři časoměřiči a výsledný čas je určen stejně jako u požárního útoku.

**Obrázek 5 První úsek štafety**



Zdroj: Vlastní fotografie

#### **3.4.4 Požární útok s překážkami CTIF**

CTIF- „Comité Technique International de Prévention et D’extinction du Feu“

„CTIF v překladu znamená Mezinárodní technický výbor pro prevenci a hašení požárů a je celosvětovou oborovou organizací pro výměnu zkušeností v oblasti požární ochrany, pomoci a záchrany při katastrofách.“ ([www.ctifczech.cz](http://www.ctifczech.cz))

Když jsem mluvila s vedoucími družstev, minimálně polovina mi potvrdila, že tato disciplína je velmi neoblíbená, přijde jim zbytečná a navíc je i zdlouhavá. Sama jsem byla svědkem, že na letošní soutěži Plamen trvala tato disciplína skoro pět hodin. A to se jí zúčastnilo 33 družstev. V porovnání s ostatními disciplínami je to opravdu časově náročné.

Útoku se účastní 9 soutěžících. Každý má své číslo, podle kterého je mu určena role v útoku. Zvláštní na celé disciplíně je, že po celou dobu plnění nesmí žádný soutěžící promluvit.

Toto pravidlo se mi zdá nesmyslné z toho důvodu, že závodníci nesmí mluvit, ale mohou volně gestikulovat. Setkala jsem se i s pokašláváním, postrkováním apod.

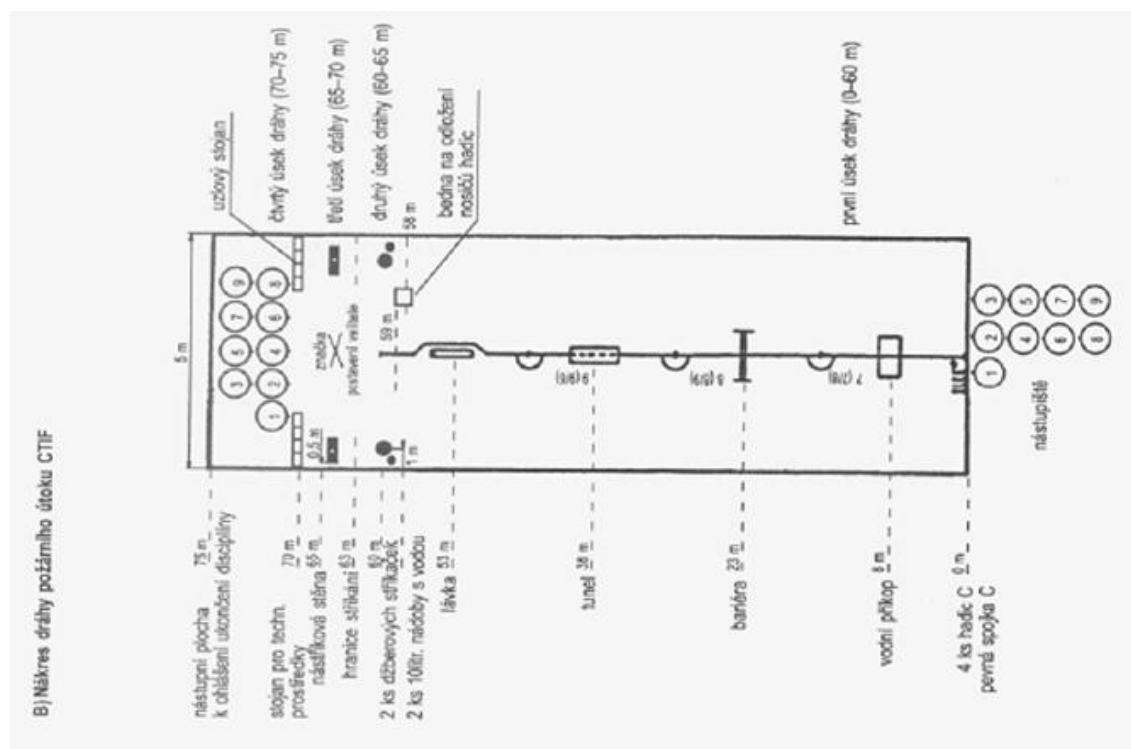
Disciplína je velmi složitá na pochopení. Když jsem se ji učila jako dítě, po prvním vysvětlení od vedoucího jsme všichni zůstali s otevřenou pusou, nikdo netušil, co má dělat. Když ji ale člověk vidí následně v reálu, tak složitě to nevypadá.

Všichni soutěžící se seřadí na startu podle čísel (obr. 4), sami se odstartují a vybíhají. Překonají vodní příkop, který je vyznačen páskou na zemi, čísla 1 – 5, pokračují dál přes bariéru, prolezou tunelem, přejdou lávku. Číslo jedna zůstane stát na začátku čtvrtého úseku (obr. 4), číslo 2 a 3, resp. 4 a 5 se postaví ke džberovým stříkačkám a snaží se nastříkat potřebné množství vody, dokud nezazní zvukový signál. Číslo 6 – 9 mezitím natahuje hadicové vedení od startu, pod bariérou, tunelem, vedle lávky. Vedení končí ve druhém úseku (obr. 4). Hodnotí se správnost natažení a umístění hadic.

Závodníci číslo 6 – 9 následně jdou ke stojanu s uzly a snaží se je uvázat. Jsou totožné s uzly v Závodu požárnické všestrannosti. Závodníci 2 – 5 jdou po nastříkání ke stojanu s přístroji a armaturami, kde přiřadí příslušný přístroj k piktogramu. Opět jako v Závodu požárnické všestrannosti. Číslo 1 jde po nastříkání čísel 2 a 3 na konec dráhy a čeká na ostatní. Na konci se všichni seřadí podle čísel (obr. 4).

Přesná specifika velikostí překážek, chybně provedené úkoly a následná hodnota přidělených trestných vteřin je ve směrnících. Opět vyhrává družstvo, které i s přičtením trestných vteřin získalo nejrychlejší čas.

**Obrázek 6 Schéma požárního útoku CTIF**



Zdroj: Směrnice pro celoroční činnost kolektivů mladých hasičů, 2004, str. 43

### 3.4.5 400 metrů štafetový běh s překážkami CTIF

U nás v Divišově je tato štafeta přezdívaná jako „devětkrát nic“ z toho důvodu, že v ní není skoro nic nového, co bychom neznali z normální štafety. Štafeta je rozdělena do devíti úseků, z nichž jsou tři čisté úseky bez překážek. Zúčastní se jí tedy 9 závodníků, v každém úseku jeden.

Na prvním úseku překonává závodník dva metry vysokou žebříkovou stěnu, následuje úsek bez překážek, ve třetím úseku závodník přenáší hadici C v kotouči na podložku, čtvrtý úsek je opět čistý. V pátém úseku je postavený stojan s laťkou ve výšce 0,8 m a závodník ji podlézá, na dalším úseku je lehkootletická překážka vysoká 0,6 m. V sedmém úseku závodník přenáší přenosný hasicí přístroj na podložku a osmý úsek je



znovu čistý. V závěrečném úseku jsou dvě hadice C, které závodník napojí na rozdělovač a proudnici a běží do cíle.

Od prvního úseku si závodníci předávají štafetově proudnici, která nesmí být nošena v ústech. Pokud proudnice při předávce upadne, musí ji zvednout závodník, který ji předával, a podat dalšímu. Když proudnici zvedne běžec na následujícím úseku, je předávka neplatná.

**Obrázek 7 První úsek štafety CTIF**



Zdroj: Vlastní fotografie

### **3.4.6 Štafeta požárních dvojic**

Vedoucí může postavit jednu štafetu, tedy čtyři závodníky a jejich velitele, nebo dvě štafety, a to dvakrát 4 závodníky a dva, resp. jednoho velitele. Pokud jsou dvě štafety a jeden velitel, je velitel společný pro obě štafety. Na startu je připravena hadice C a proudnice.

Vybíhá velitel družstva, resp. velitelé, oběhne hydrant a metu a vrací se zpět. Následně vybíhá dvojice z každé štafety. Jeden ze dvojice bere hadici a napojuje ji na hydrant, druhý napojuje proudnici na hadici a hadici roztahuje. Oba oběhnou metu a vrací se zpět. Poslední dvojice vybíhá, obíhá hydrant i metu a na zpáteční cestě jeden ze dvojice odpojí hadici z proudnice a hydrantu a druhý hadici smotá. Hadice i proudnice musí být doneseny do cíle.

Při této disciplíně je nejdůležitější běh po správné straně vedení hadic. Při vyběhnutí musí mít závodník hydrant i metu, následné vedení po pravé straně. A tuto stranu nesmí měnit, za to jsou trestné body. Další trestné body získává štafeta, například když špatně smotá hadici.

Čas opět hlídají tři časoměřiči. Do závěrečného hodnocení se započítává čas rychlejší štafety.

**Obrázek 8 Štafeta požárních dvojic**



Zdroj: Vlastní fotografie

### **3.4.7 Celoroční činnost**

Do celkových výsledů soutěže Plamen se udělují body i za celoroční činnost. Všechna družstva píšou kroniku, kterou odevzdávají ke kontrole. Nesmí v ní chybět žádné činnosti, které mladí hasiči vykonali.

Směrnice uvádí čtyři okruhy, ve kterých si hasiči vyberou vždy minimálně jeden námět, např. výlety, besedy, brigády... Výjimkou je třetí okruh, kde má člen družstva povinnost získat odznaky odbornosti nebo specializace.

Výsledky ze všech disciplín se zapisují, soutěžící mají k dispozici průběžné výsledky. U každé disciplíny se určí pořadí. Celkové pořadí se vypočítává tak, že se sečtou všechna pořadí ve všech disciplínách a družstvo s nejnižším součtem vyhrává. Pokud se stane, že dvě družstva mají stejný součet, o umístění rozhoduje pořadí v požárním útoku. Kdo má rychlejší požární útok, získá lepší umístění. Při nesplnění některé disciplíny získává družstvo automaticky poslední místo v této dílčí části.

### **3.5 Postupy v soutěži**

V kategorii „mladší“ nejsou postupy žádné. Pro ně soutěž končí okresním kolem. Vítěz kategorie „starší“ pokračuje do krajského kola. Po rozhovoru s rozhodčí, paní Evou Vilímkovou, mi bylo řečeno, že krajské kolo je na jeden a půl dne. V pátek odpoledne probíhá Závod požárnické všestrannosti a v sobotu stejné disciplíny jako v okresním kole. Takto je to uzpůsobeno ve Středočeském kraji. Může se stát, že v ostatních krajích je to různé. Co se však nemění, je republikové kolo. Do toho postupují vítězové krajských kol. Je na tři dny. Ve středu sbory přijíždějí, opět se běží Závod požárnické všestrannosti a ve čtvrtek a pátek se soutěží v disciplínách shodných s okresním, resp. krajským kolem.

## **4 Odbornosti mladých hasičů**

System získávání odznaků odborností je rozdělen do dvou skupin. Děti od 6 do 15 let a od 14 – 18 let. V mé diplomové práci se budu zaměřovat jen na první skupinu.

Dítě získává odznaky odborností, jelikož je to nutnost pro splnění jedné z podmínek ve hře Plamen, viz kapitola 3.4.7.

Odznaky jsou i věkově odděleny. Dítě může do svých 11 let získat 5 odznaků.

- Preventista – junior (6 – 10 let)
- Strojník – junior (6 – 10 let)
- Preventista (8 – 15 let)
- Strojník (8 – 15 let)
- Kronikář (8 – 15 let)

Tento věk je doporučený. Odznak Kronikář může plnit i 17ti leté dítě, na druhou stranu odznak Strojník může plnit dítě ve věku 7 let. Odznak strojník i preventista je udělován až po odznaku Preventista - junior, resp. Strojník – junior.

(Sdružení hasičů ČMS, 2010: s. 6)

Pro plnění odznaků musí dítě splnit ústní zkoušku. U odznaků Strojník, Preventista a Kronikář je požadován i písemný test.

Zkouška probíhá na každém okrese jinak. Standartní postup je, že se svolá Okresní odborná rada, před kterou zájemci jednotlivě předstoupí, jsou přezkoušeni a o zkoušce je sepsán protokol.

Na benešovském okrese vykonává zájemce zkoušku na svém příslušném SDH. Do komise zasedne starosta sboru a např. referent mládeže. I tady je sepsán protokol o vykonání zkoušky a starosta sboru odpovídá za regulérnost a správnost výsledku zkoušky.

Když jsem běhala za mladší, odznaky jsme sice mohli plnit, ale nebyla to nutnost, na rozdíl od dnešních pokynů směrnic. Zde je uvedeno, že při celoroční činnosti musí družstvo získat nejméně 5 odznaků za rok. Domnívám se, že se tímto nařízením zvyšují vědomosti dětí. Po prohlídce testů jsem konstatovala, že jsou stavěny tak, aby dítě bylo v každé situaci připraveno reagovat na události, které jsou v dnešním světě běžné.

#### **4.1 Preventista – junior**

Pro získání tohoto odznaku musí dítě prokázat znalosti v oblasti příčin vzniku požárů, jako je např. úmyslné zapálení, vlivy počasí, nedbalost...

Zná bezpodmínečně telefonní čísla tísňových linek, popíše požární závady, které napomáhají vzniku požáru, jako je nepořádek, otevřený oheň, závady komínu... Poslední podmínkou pro splnění odznaku je znalost základních pravidel a prevence proti vzniku požáru. (SH ČMS, 2010: s. 7 – 16) Domnívám se, že tohle by mělo vědět každé dítě bez ohledu na to, zda je to hasič či nikoliv. Setkala jsem se ale bohužel i s tím, že dítě ve třetí třídě neumělo z paměti čísla tísňových linek.

#### **4.2 Strojník – junior**

Strojník – junior musí znát jednoduché hasební prostředky, kterými jsou lopata, sekyra, tlumice... Orientuje se v přenosných hasicích přístrojích. Ví, kdy se použít mohou a kdy nesmí. Stěžejní částí zkoušky jsou základní úkoly strojníka při hasičském zásahu.

(SH ČMS, 2010: s. 55 – 60)

#### **4.3 Preventista**

Pro odznak Preventista je potřeba hlubší znalosti než u odznaku Preventista – junior. Dítě ovládá veškeré znalosti o komínech, tedy jejich stavbu, údržbu a rizika s tím spojená, používání topidel, jejich nebezpečí, i skladování hořlavých materiálů. Popíše

rizikové části bytu, resp. domu, a rozumí pojmu mimořádná událost, orientuje se ve varovných signálech a dokáže evakuovat sebe i blízké při takovýchto událostech. Nedílnou součástí je i znalost ohně, tzn. hořlavé a nehořlavé látky, teplota vzplanutí...(SH ČMS, 2010: s. 17 – 38)

#### **4.4 Strojník**

Zná a popíše požární technické prostředky a věcné prostředky požární ochrany. Umí provést údržbu motorové stříkačky. Poznává a pojmenuje hasicí materiál, včetně nakreslení piktogramů. Ovládá optické signály požární ochrany. Strojník byl největší lákadlem, když jsem běhala za mladé hasiče. Všichni chtěli být strojníci. Je to asi tím, že strojník je nejdůležitější člen při útoku. Pokud strojník udělá chybu, útok se zcela jistě nepovede.

#### **4.5 Kronikář**

Nejméně půl roku se musí starat o kroniku sboru. Zná způsoby psaní kroniky i způsoby zápisu do kroniky. Aktivně zapisuje všechny události, které se ve sboru odehrály. Orientuje se v historii hasičů ČMS a také v historii svého sboru.  
(SH ČMS, 2010: s. 39 – 54)

Neznamená to, že dítě, které nemá odznak např. strojník, nemůže motorovou stříkačku obsluhovat. Tyto odznaky jsou jakousi motivací pro děti a prohlubování jejich dosavadních znalostí. Na hru Plamen nemají odznaky vliv. Jen musí být splněna podmínka ve III. okruhu celoroční činnosti.

### **5 Trenér - vedoucí**

Trénink jako takový jsem nikdy nevedla, učím děti plavání, ale domnívám se, že musím k malým dětem při plavání přistupovat stejně jako trenér k mladým hasičům.

## **5.1 Oprávnění**

Každý trenér, v hasičském sportu ho nazýváme vedoucím, musí získat oprávnění pro práci s mladými hasiči. Tuto licenci dostane po složení písemných zkoušek. Zkoušky jsou psány v rámci školení vedoucích kolektivů na každém okrese. Musí prokázat znalost v oblasti historie, směrnic, hry Plamen, pedagogiky, psychologie, zásad pobytu v přírodě...

Školení a testy jsou psány každoročně. Při nesplnění testu má vedoucí možnost test opakovat. Pokud ani podruhé nenapíše test správně, licence je mu pozastavena a test píše až příští rok.

## **5.2 Osobnost vedoucího**

Jestli chce být člověk dobrým vedoucím, měl by především znát sám sebe. Proto je u trenérů důležitá sebereflexe. Pojetí sebe samého je ovlivňováno názory. Jedná se o ideální pohled, veřejné mínění a skutečný pohled. Ideální pohled je osoba, kterou bychom chtěli být. Tento pohled je dán rodinným zázemím. Veřejné mínění je to, jak se na nás dívá okolí. A skutečný pohled je souhrn subjektivních pocitů, se kterými se ztotožňujeme, a jsou nám vlastní. Ideální je sjednotit tyto pohledy, jinak dochází ke zhoršení duševního zdraví. (Martens, 2006: s. 18)

Každý by chtěl být ideálním vedoucím, který zvládá organizaci a zároveň je dobrým rádcem, vzorem pro své děti. Myslím si, že je to reálné přání, pokud se na něj člověk připraví. Já osobně jsem měla dva vedoucí. Ten druhý byl hasičem tělem i duší. A to nás velmi motivovalo. Vyprávěl zážitky, co se mu kdy přihodilo, čeho byl svědkem. Byl velmi přátelský, řešil s námi i naše rodinné problémy, snažil se pomoci, poradit. Byly jsme pro něj jako jeho děti. Na trénincích byl sice velmi přísný, ale hned po skončení jsme se mu mohli se vším svěřit. Striktně oddělovat čas nácviku a čas soutěže od ostatních akcí. Domnívám se, že jeho přístup byl výborný. Vedoucí nemůže být jen osoba, která zná skvěle taktiku a pravidla, ale i člověk, který má srdce.

### 5.2.1 Styly vedení

Styl vedení tréninku rozdělujeme do tří stylů: autoritativní, demokratický a liberální (Hájková, 2006: s. 58), resp. autoritativní, submisivní, kooperativní (Martens, 2006: s. 38). Většina trenérů není vyhraněna na jeden styl vedení, spíše se k němu přiklání, ale užívá i ostatní styly. Pro následující rozdělení budu používat Martensovu terminologii.

**Autoritativní** – Oba autoři se shodují, že jde o trenéra, který dává příkazy. Všechna rozhodnutí řeší sám. Hájková uvádí, že se používá u nedisciplinovaných závodníků či malých dětí. Martens píše ve své publikaci, že tento styl volí trenér, který má dlouholeté zkušenosti. Při tomto stylu vedení dochází ke zpomalení vývoje a zároveň i zhoršení vztahů mezi trenérem a svěřencem. (Martens, 2006: s. 113)

Souhlasím s tvrzením Hájkové, že s malými dětmi je těžké o něčem diskutovat, když ještě nemají zkušenosti. Na druhou stranu blíže nespecifikuje označení „menší děti“ (Hájková, 2006: s. 58). Jestliže má hasičský vedoucí ve svém družstvu děti od 6 do 11 let, nemyslím si, že by byl tento styl hlavní, se kterým by měl pracovat.

**Submisivní** – Děti přebírají vedení nad tréninkem. Autoři shodně píší, že tento styl není vhodné zařazovat při tréninkových jednotkách.

**Kooperativní** – Už z názvu vyplývá, že jde o spolupráci mezi trenérem a dětmi. Děti jsou částečně samy za sebe zodpovědné. Martens dále uvádí, že takový trenér je výborný člen týmu, dokáže naslouchat, nepřetvařuje se.

Z obou publikací je zřejmé, že kooperativní styl je nejideálnější. Z vlastní zkušenosti ale vím, že ať mi vedoucí tvrdí, že je určitě kooperativní, na soutěži stejně všichni přistupují k dětem autoritativně. Potřebují vysvětlit situaci dětem tak, aby to co nejrychleji pochopily. O problému diskutovali s dětmi až po ukončení disciplíny.

Vzpomenu-li si na svého prvního trenéra, byl jeho styl vedení velmi submisivní. Mohli jsme si dělat, co jsme chtěli. Vždy zadal jen téma tréninku, ale zbytek byl na nás. Byl velmi nepřístupný, moc s námi nemluvil. Mohu říct, že naše výsledky nebyly nejlepší. Vždy jsme byli jako družstvo lepší průměr. Ale bohužel nic víc. Druhý trenér byl na



tréninku autoritativní a submisivní. Například při tréninku štafety nepřipouštěl diskuze, jestli předávka proběhne na začátku nebo uprostřed předávacího území, na druhou stranu jsme si mohli zvolit, jakým způsobem si nastavíme rozdělovač či jak poneseme hadice. Jeho styl vedení tréninku nás dostal až na republikovou soutěž.

### **5.2.2 Složky tréninku**

Dlouhodobý trénink je důležitý pro získávání správné techniky, vědomostí a schopností. Je složen z tréninkových jednotek. V nich je důležité seskupení složek tréninku, jejich četnost a pořadí. Každá jednotka by měla obsahovat složku kondiční přípravy, technické přípravy a psychologické přípravy. (Hájková, 2006: s. 21)

#### **Kondiční příprava**

- a) „Rozvoj všech pohybových schopností a jejich druhů s využitím obecných pohybových cvičení (např. rozvoj všech druhů silových schopností a všech svalových skupin pomocí cvičení s vlastním tělem, pomocí šplhu, výdrže ve shybu na hrazdě atd.) – tedy zdokonalování všestranného pohybového základu.“
- b) „Rozvoj speciálních pohybových schopností (např. zdůraznění odrazové síly dolních končetin).“ (Hájková, 2006: s. 21)

V kondiční přípravě je hlavním úkolem zvýšit možnosti dítěte. Rozvíjí všechny pohybové vlastnosti. Ve speciální přípravě se rozvíjí speciální pohybové vlastnosti důležité pro konkrétní disciplínu. Stejně tréninkové prostředky nepůsobí stejně na všechny sportovce. Důležitou roli hrají zkušenosti trenéra. Na něm závisí, aby všichni sportovci měli možnost se rozvíjet. (Vaculka, 1975: s. 21 – 22)

První složkou kondiční přípravy podle Hájkové (2006) je rozvoj obratnostních schopností. Jde o to se lehce koordinovat a reagovat na měnící se podmínky. Můžeme je rozdělit na:

- „diferenciační schopnost (vnímání polohy vlastního těla)
- orientační schopnost (vnímání těla v prostoru)
- schopnost rovnováhy (udržení těla v určitých polohách)
- schopnost reakce (reagovat na nečekanou situaci)
- schopnost rytmu (udržení rytmu)
- schopnost spojovací (spojovat pohyb a jeho části)
- schopnost přizpůsobování (přizpůsobení měnícím se vnějším podmínkám)“ (Hájková, 2006: s. 23)

Další složka, která by se měla rozvíjet, jsou silové schopnosti. Jedná se o „schopnosti překonávat nebo udržovat vnější odpor svalovou kontrakcí.“ (Hájková, 2006: s. 25) Na rozvoj těchto schopností mají vliv vlákna, která jsou obsažena ve svalech. Silové schopnosti můžeme rozdělit na sílu absolutní, rychlostní a výbušnou a vytrvalostní. (Hájková, 2006: s. 26) Domnívám se, že v hasičském sportu je důležitá především síla rychlá a výbušná.

Třetí částí kondiční přípravy jsou vytrvalostní schopnosti. Jedná se o „komplex předpokladů provádět činnost požadovanou intenzitou co nejdéle nebo co nejvyšší intenzitou ve stanoveném čase, tj. v podstatě schopnost odolávat únavě.“ (Hájková, 2006: s. 28) Opět je můžeme rozdělit na:

- „dlouhodobou vytrvalost (schopnost vykonávat pohybovou činnost déle než 10 min)
- střednědobá vytrvalost (pohybová činnost v trvání 8 – 10 min)
- krátkodobá vytrvalost (činnost vykonávaná v co nejvyšší intenzitě po dobu 2 – 3 min)
- rychlostní vytrvalost (činnost vykonávaná v maximální intenzitě po dobu do 20 – 30s).“ (Hájková, 2006: s. 28)

V hasičském sportu je důležitá dlouhodobá vytrvalost, např. při Závodu požárnícké všestrannosti, kde se běží několik kilometrů a o výsledku rozhoduje i rychlost, s jakou hlídka trasu uběhla. A v jarním kole velkou roli hraje rychlostní a krátkodobá vytrvalost. Například u štafet je dominantní rychlostní vytrvalost, u požárního útoku CTIF krátkodobá vytrvalost.

Další složkou jsou podle Hájkové (2006) rychlostní schopnosti. Je to schopnost „vykonávat pohybovou činnost prováděnou nepřetržitě maximální intenzitou po dobu 10 – 15 s.“ (Hájková, 2006: s. 30) Je ovlivněna rychlými svalovými vlákny, ale také např. vedením nervových vzruchů. Rozlišuje se rychlost reakční, cyklická a komplexní.(Hájková, 2006: s. 30) Domnívám se, že v hasičském sportu je nejdůležitější rychlost reakční, tedy co nejrychleji zareagovat na podnět a začít pohyb. Poslední složkou, o které se zmiňuje, je pohyblivost. Tedy kloubní rozsah.

O těchto složkách kondiční přípravy se Martens (2006) vůbec nezmiňuje.

Podle mého názoru kondiční příprava v trénincích mladých hasičů chybí. Co jsem měla možnost vidět, zeptat se vedoucích, mnoho z nich trénuje jen disciplíny určené na soutěž. Spoléhají na to, že kondiční příprava je pro děti dostatečná na základních školách, a proto ji do tréninku nezařazují.

### **Technická příprava**

- a) „ Rozvoj všech druhů koordinačních schopností pomocí obecných pohybových cvičení.
- b) Osvojování pohybových dovedností.
- c) Návuk pohybových dovedností.“ (Hájková, 2006: s. 21)

Jde o dlouhodobý proces. Závisí na pohybových vlastnostech a koordinačních schopnostech. Čím vyšší je stupeň kondiční přípravy, tím se lépe rozvíjí i technická příprava. (Vaculka, 1975: s. 23)

Po zhlédnutí několika desítek návuků mohu říct, že technická příprava je hlavní složkou tréninků. Vedoucí se zaměřují jen na přesné a rychlé provedení disciplíny. Vaculka technickou přípravu popisuje velmi stroze. Uvádí obecné informace, se kterými se setkávám i u Hájkové. Ta popisuje více detailů, zabývá se motorickým učením, jeho fázemi, kdežto Vaculka se zmiňuje jen o fázi návuku. Podrobnější technickou přípravu uvádí až u samotných disciplín, kde popisuje konkrétní činnosti vhodné pro rozvoj. Nejpodrobněji technickou přípravu popisuje Martens. Jako velmi důležitou součást technické přípravy uvádí mentální přípravu. Jedná se schopnost mozku najít spojení mezi tím, co vidíme a chceme předvést, a tím, co jsme se kdy učili.

Hledá známé pohybové vzorce a vytváří nové vazby. Nácvik je až na druhém místě, kdežto Hájková nácvik řadí jako první fázi technické přípravy. V této fázi se zmiňuje o vytvoření představ o průběhu pohybu. Shodně oba uvádějí, že až na konci učení se techniky má přijít oprava chyb. Poslední fází je zautomatizování. Prvek je zvládnutý na tak vysoké úrovni, že s ním může dítě soutěžit.

### **Taktická příprava**

- a) „Osvojování taktických vědomostí (např. pravidel).
- b) Rozvoj taktických schopností (schopnost odolávat rušivým jevům v závodě ap.)
- c) Zdokonalování taktických dovedností (v kombinaci s technickou přípravou – nácvik prvků obtížnosti).“ (Hájková, 2006: s. 21)

Taktická příprava je podle mého názoru stejně důležitá jako ostatní složky. Záleží ale i na charakteru člověka. Když jsem běhala za mladé hasiče, živě si pamatuji, jak nám vedoucí na každém tréninku připomínal různé situace, které se můžou stát. Měli jsme v hlavách spoustu plánů, co se má dělat, např. když první štafeta nedoběhne. Bohužel se ale našlo pár jedinců, kterým tyto taktické poučky nebyly nic platné. Domnívám se, že v hasičském sportu je tato složka tréninku trochu opomíjena.

Ztotožňuji se s názorem, že čím více závodů se družstvo účastní, tím lepší bude i jeho taktická příprava. Mají více zkušeností, více zpětných vazeb. (Vaculka, 1975: s. 25) Vaculka popisuje taktickou přípravu jako složku obecně, konkrétně ji zařazuje opět až u jednotlivých atletických disciplín. V úvodu se zaměřuje na taktiku spojenou se soutěží. Hájková přípravu popisuje detailněji, zabývá se i interakcí mezi trenérem a rodičem. Vyjadřuje názor, že do taktiky patří i rozvíjení tvořivosti dítěte. Shodně s Martensem uvádějí, že pokud chce sportovec správně přechít situaci, musí mít určité znalosti, mezi které patří třeba znalost pravidel, a taktické schopnosti, kde se pomocí modelových situací sportovci učí správné zvládnutí situace.

## **Psychologická příprava**

- a) „Rozvoj výkonové motivace (krátkodobé i dlouhodobé).
- b) Regulace aktuálních psychických stavů (zvládnutí atmosféry závodu).
- c) Celkový rozvoj osobnosti sportovce vzhledem ke struktuře výkonu.“

(Hájková, 2006: s. 21)

O psychologické přípravě jako takové Martens nemluví. Nicméně psychologie jedinců se prolíná celou jeho publikací, vždy ve spojení s nějakým tématem. Vaculka se psychologickou přípravou zabývá opět v konkrétních atletických disciplínách. Nejlépe ji zpracovává Hájková, která ji rozděluje na několik složek. A to:

- „osobnost
- psychické stavy
- vztahy
- motivace
- psychohygiena.“ (Hájková, 2006: s. 38 – 41)

U psychologické přípravy je nejzásadnější sportovcův temperament. Ten by měl každý trenér respektovat a umět s ním pracovat. Další nedílnou součástí jsou vztahy ve družstvu. S tím se shoduje s Vaculkou, který dále uvádí, že nejde jen o vztahy ve družstvu, ale i vztahy s rozhodčími, jinými družstvy a pořadateli.

### **5.2.3 Plánování tréninku**

Než začne trenér plánovat, měl by podstoupit přípravu. Jedná se o zmapování dovedností sportovců, poznání jejich osobnosti, analyzování družstva, možnosti tréninku... Po těchto krocích si trenér musí ujasnit priority tréninku a vybrat vhodné metody. Až po těchto krocích může trenér sestavit tréninkový plán. (Martens, 2006)

Hájková (2006) plánování tréninku rozděluje do tří cyklů: makrocyklus, mezocyklus, mikrocyklus. Makrocyklus je plán nejčastěji na jeden rok. V aerobiku, ale i v hasičském sportu má dva vrcholy. Je dobré si tedy plánovat půlroční cykly. Mezocyklus je závislý na makrocyklu. Jedná se o plánování v délce jednoho měsíce. Mikrocyklus je obvykle plán na jeden týden. Všechny cykly do sebe zapadají a tvoří jeden celek.

Po sestavení takového plánu je důležité plánovat si tréninkovou jednotku, což je plán pro jeden den. Nedílnou součástí je datum a délka jednotky, cíl jednotky, vybavení. Jednotku rozdělujeme na:

- rozcvičení
- procvičování zvládnutých dovedností
- učení se nových dovedností
- zklidnění
- reflexe

Martens uvádí, že procvičování dovedností, které souvisí s rozvojem tělesné zdatnosti, by mělo být součástí každého tréninku, ostatní dovednosti jen občas. Procvičování zvládnutých dovedností a hlavně učení se novým, nazývá Hájková hlavní částí tréninku a oba se shodují na tom, že by nedílnou součástí měla být i psychická příprava. Závisí na momentální kondici sportovců.

## **6 Vývoj dítěte mladšího školního věku**

Věkové ohraničení mladšího školního věku se liší. Někde se setkáváme s obdobím od 7 do 11 let (Hájková, 2006), jinde od 7 do 10 let (Jeřábek, 2008). Můžu tedy říct, že v hasičském sportu kategorie „mladší“ koresponduje s věkovým rozmezím označující děti mladšího školního věku.

V tomto období dochází ke zpomalení růstu. Nárůst výšky i hmotnosti je rovnoměrný. Mezi chlapci a dívkami nejsou v tomto směru téměř žádné rozdíly. Osifikace kostí ještě není ukončena, kloubní svazky jsou velmi pružné. Výkonnost je na vysoké úrovni,

protože nervová soustava je dostatečně vyvinutá. Děti v tomto věku snášejí dobře vytrvalostní zátěž, rychle regenerují.

Toto období je nazýváno „zlatým věkem motoriky“ (Hájková, 2006: s. 67). Dítě se velmi snadno učí novým pohybům. Při učení vycházejí z toho, co už zná. Není však vyvinuto abstraktní myšlení, vnímání je často dokreslováno fantazijní představou. Snažíme se děti pozitivně motivovat, nejsou dostatečně kritičtí ke svému chování, a často se setkáváme s nechutí dětí sportovat právě proto, že jsou špatně motivovány.

Z psychologického hlediska má v tomto období dítě obrovskou potřebu kontaktu s vrstevníky. V rámci těchto vztahů vznikají konflikty, založené především na rozdílných názorech či zklamaném očekávání. Dítě je už natolik zralé, že může přebrat zodpovědnost za své chování, řešení konfliktu i dokáže vyjádřit samostatně příčiny nesouhlasu. (Vágnerová, 2005)

## **7 Hypotézy**

### **Hlavní**

H1: Čím je tréninková jednotka delší a častější v týdnu i v roce, tím lepší bude umístění v soutěži.

H2: Kromě hry Plamen se minimálně 50% družstev účastní jiných akcí spojených s hasičskou přípravou.

### **Vedlejší**

H3a: Každý vedoucí má asistenta a praxi delší než dva roky.

H3b: Více než čtvrtina vedoucích motivuje děti při úspěchu i neúspěchu.

H3c: V nadpoloviční většině družstev bude více chlapců.

H3d: U méně než čtvrtiny družstev je výběr dětí na splnění disciplíny náhodný.

H3e: Každý vedoucí má zkušenost s odchodem dítěte k jinému sportu.



## **8 Postup práce**

Ve výzkumné části diplomové práce jsem zvolila tento postup:

1. Výběr vhodných metod hodnocení pro výzkum
2. Zjištění výzkumného vzorku
3. Rozeslání dotazníků
4. Srovnání dotazníků s výsledkem v soutěži
5. Vyhodnocení získaných informací

## **9 Použité metody**

Ve své praktické části jsem použila některé z výzkumných metod.

„Výzkumná metoda je všeobecný název pro proceduru, která se sleduje při výzkumu. Výzkumná metoda má jisté vlastnosti, které je potřebné dodržet při jejím používání. Obvykle se používají následující výzkumné metody:

- Pozorování
- Škálování
- Dotazník
- Interview
- Metoda verbálních výpovědí
- Projektivní metoda
- Experiment“ (Gavora, 1996: s. 11)

Než dojde k samotnému výzkumu, je nutné stanovit si vhodnou výzkumnou metodu, aby hodnota metodou získaná byla vypovídající a korespondovala se stanoveným cílem. Cílem mého výzkumu bylo zjištění, jakým způsobem se děti mladšího školního věku připravují v hasičském sportu.

Pro svůj výzkum jsem si vybrala metodu dotazníku.

### **9.1 Dotazník**

Dotazník je jednou z nejčastějších metod získávání informací. Jde o kladení otázek a získávání odpovědí, to vše v písemné formě. Nespornou výhodou dotazníků je okamžité oslovení řady obeslaných, na druhou stranu je zde nebezpečí, že se dotazníky nevrátí zpět. Před tvořením dotazníku je nejprve důležité formulovat cíle, až následně tvořit

dotazník pomocí stanovených cílů. U dotazníku je nutná správná formulace otázek, aby nedocházelo k mylným a zkresleným zpětným informacím.

Hlavním cílem mé výzkumné části bylo prozkoumat přípravu dětí mladšího školního věku v hasičském sportu. Dále také mimo jiné složení družstev a motivaci dětí k tomuto sportu.

Respondenty ve výzkumné části byli vedoucí družstev mladých hasičů v kategorii „mladší“ v benešovském okrese.

Dotazník byl sestaven tak, že první část se zabývala trenérem a tréninkovou jednotkou, ve druhé části jsem se zajímala o družstvo jako takové, a o vztah vedoucího a jeho dětí.

Dotazníkem bylo položeno dvacet jedna otázek, z nichž čtyři byly uzavřené, čtyři polouzavřené a ostatní otázky byly otevřené.

## 10 Průběh výzkumu

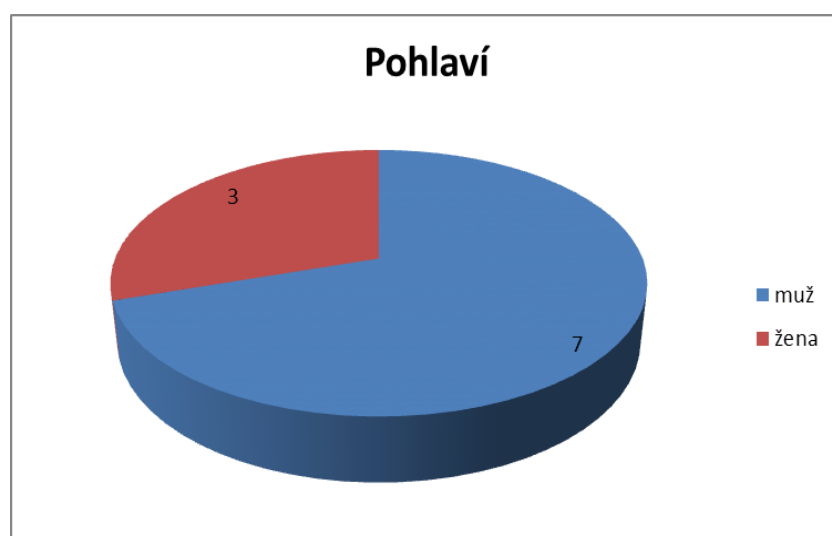
### 10.1 Charakteristika zkoumaného souboru

Dotazník byl určen pro hasičské sbory, resp. vedoucí mladých hasičů na benešovském okrese. Na Okresním sdružení hasičů jsem si vyžádala kontakty na všechny vedoucí, kteří aktivně trénují mladé hasiče. Z výroční zprávy z roku 2009 jsem věděla, že na okrese Benešov je kolem třiceti družstev. Do těch se ale počítají kategorie „mladší“, „starší“, „dorostenky“ a „dorostenci“. Já potřebovala vedoucí jen z kategorie „mladší“, aby můj výzkum korespondoval s mým cílem. Celkem tedy bylo 11 družstev. Těmto vedoucím jsem rozposlala vytvořený dotazník (Příloha 1). Po následném urgování se mi zpět vrátilo všech 11 dotazníků. Mám tedy kompletní informace o přípravě dětí v hasičském sportu kategorie „mladší“ na benešovském okrese.

### 10.2 Rozbor dotazníků

První otázka se zabývala pohlavím trenérů. Zajímalo mě, zda v hasičském sportu trénuje více mužů nebo žen.

**Graf 1 Pohlaví vedoucích**



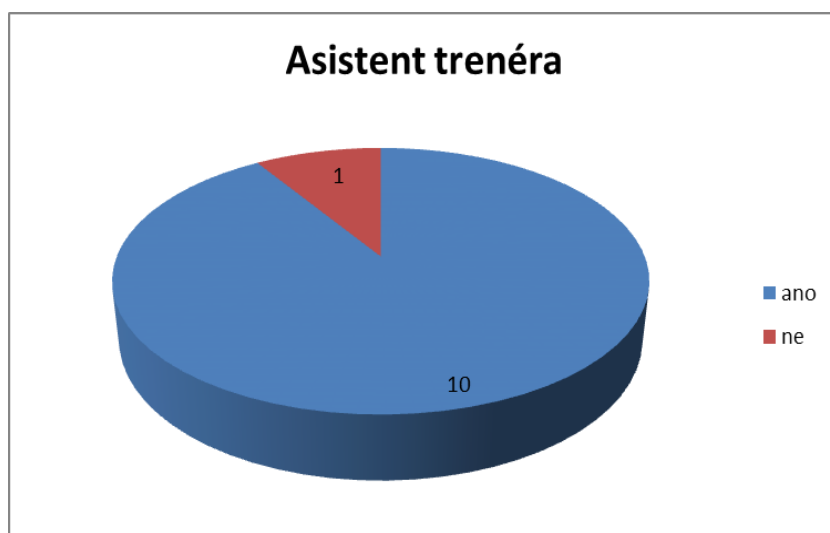
Zdroj: Vlastní výzkum

Z vytvořeného grafu je jasné, že v 73% všech respondentů mi odpovídali muži. Z rozhovoru s rozhodčí Danou Vilímkovou se mi dostalo vysvětlení, že muži mají na trénování více času.

Druhá otázka byla směřována na zkušenosti trenéra. Ptala jsem se, jak dlouho trénuje děti. Otázka byla otevřená. Nejčastější odpověď byla, že jejich zkušenosti s trénováním dětí jsou 4 – 5 let. Tato odpověď zazněla od 4 respondentů (36%). Druhou nejčastější odpovědí bylo 12 let, tak dlouho vedou děti dva respondenti. Další z respondentů uvedl 15 let a nejstaršími vedoucími jsou dva respondenti, z nichž jeden trénuje 26 let a druhý dokonce 28 let. Ze zbývajících dvou respondentů uvedl jeden roční zkušenost a druhý dvouletou zkušenost. Můžu tedy říct, že zkušenosti s vedením dětí jsou opravdu různorodé. A rozdíl zkušeností mezi nejmladším a nejstarším vedoucím je 27 let.

Třetí otázkou jsem chtěla zjistit, jestli si vedoucí řídí trénink sami, nebo zda mají nějakého asistenta/tku.

**Graf 2 Počet vedoucích s asistentem**



Zdroj: Vlastní výzkum

Z jedenácti respondentů mi 10 (91%) odpovědělo, že mají minimálně jednoho trenéra. Ač to byla uzavřená otázka, tři respondenti (30%) mi napsali poznámku, že mají dva

asistenty. A jeden respondent mi napsal, že u nich ve družstvu se nerozlišuje pojem vedoucí a trenér. Oba jsou na stejné úrovni. Respondent, který uvedl, že pracuje bez asistenta, je ten s nejdelší trenérskou zkušeností. Uvedl mi v poznámce, že se u něj vystřídal tolik neschopných asistentů, a proto pracuje sám.

Otázka čtvrtá byla na počet dětí ve družstvu. Otázka byla otevřená, ale výsledky se opakovaly, proto jsem mohla sestavit graf. Z pravidel už víme, že minimální počet dětí je 9.

**Graf 3 Počet dětí ve družstvu**



Zdroj: Vlastní výzkum

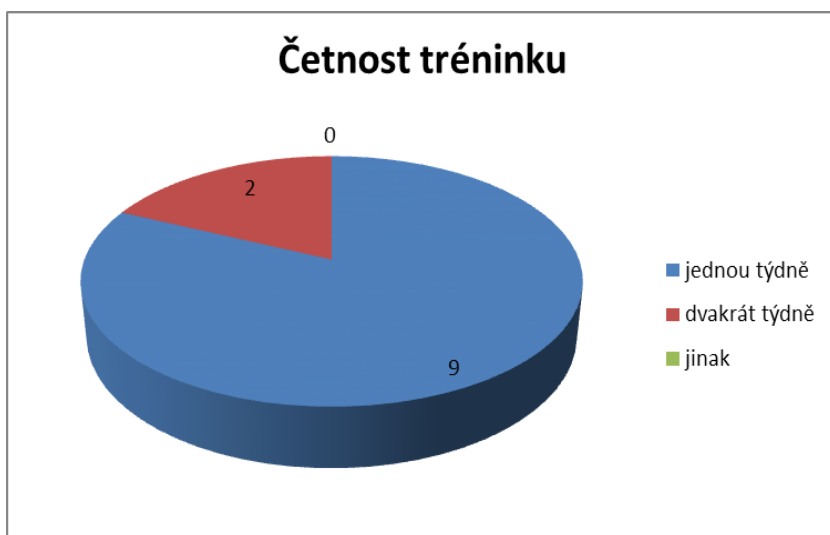
Z grafu vyplývá, že s minimálním počtem dětí se setkáme pouze v jednom družstvu. Nejčastější počet je 12 dětí, to uvedli tři vedoucí, a 15 dětí, také tři respondenti. Shodně je to tedy přibližně (27%) Dva respondenti, kteří jsou ve skupině „víc“, uvedli počet: jeden 23 dětí a druhý 22 dětí. Z toho můžeme soudit, že na soutěž mohou přihlásit hned dvě družstva „mladších“. Vím, že je to běžná praxe, nicméně letos na hře Plamen soutěžilo vždy jedno družstvo z daného SDH.

Pátá otázka vedla ke zjištění věkového průměru družstva. Opět to byla otázka otevřená. S odkazem na graf č. 3 uvádím, že ve dvou družstvech, kde měli vedoucí 15 dětí, je

věkový průměr 10 – 11 let. Jen jeden respondent mi uvedl průměrný věk 8 let s počtem dětí 23. Zároveň mi napsal poznámku, že je to skoro celá druhá třída u nich na vesnici. Tři respondenti mi uvedli věkový průměr 7 let a zároveň v následujících odpovědích uvádějí, že jsou letos poprvé na hře Plamen. Ostatní respondenti mi uvedli věkový průměr družstva 8 let. Ze získaných informací mohu říct, že v hasičských sborech jsou většinou děti na dolní věkové hranici kategorie „mladší“. Jak mi sdělila plk. Dana Vilímková, je to dáno tzv. silnými ročníky. Na tom záleží i celkové složení družstva, tedy i věkový průměr.

Následující otázka už byla směřována přímo na přípravu a trénink. Zajímala jsem se o intenzitu tréninku.

**Graf 4 Počet tréninků v týdnu**



Zdroj: Vlastní výzkum

Z grafu vyplývá, že se vedoucí se svými dětmi schází jednou týdně (81%). Ostatní dvě družstva se schází jednou týdně. Dva vedoucí mi uvedli, že se pravidelně schází jednou týdně, ale pokud je potřeba, sejdou se i vícekrát. Tato situace nastává nejčastěji před soutěží.

Sedmá otázka navazuje na předchozí. Zajímala jsem se, jak dlouhý bývá jednotlivý trénink, resp. tréninková jednotka.

**Graf 5 Délka tréninkové jednotky**



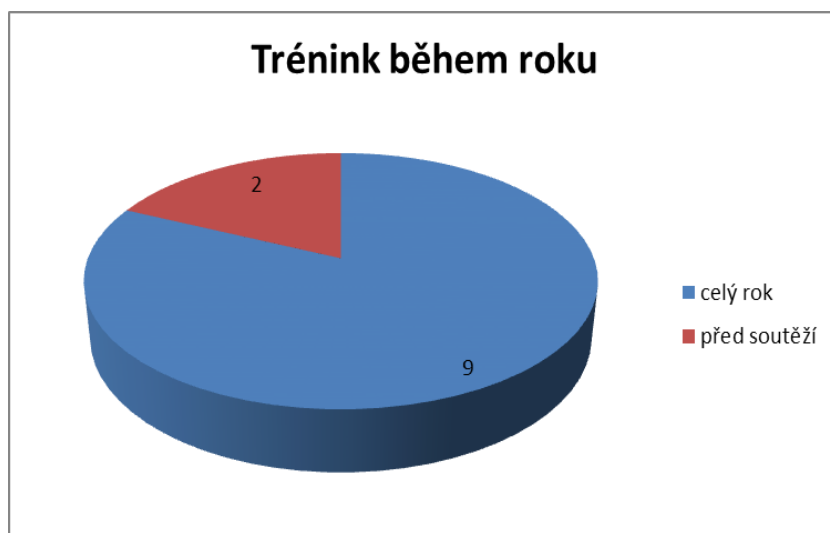
Zdroj: Vlastní výzkum

Nikdo z respondentů neodpověděl, že trénink trvá půl hodiny. Tento výsledek se dal předpokládat, pokud přihlédneme k tomu, že jen připravit si všechno potřebné nářadí a náčiní k tréninku trvá minimálně půl hodiny. Hodinu trénuje pouze jedno družstvo (9%). Dvě hodiny trénuje 6 družstev (54%). Ze zbývajících družstev mi tři respondenti (27%) uvedli jako délku tréninkové jednotky 1,5 hodiny. Poslední družstvo uvedlo délku tréninku 3 hodiny. Tato hodnota je obdivuhodná, s přihlédnutím k tomu, že děti mladšího školního věku dlouho pozornost neudrží.

Osmá otázka se zabývala tréninkem během roku. Otázka zněla, jak dlouho trénují. Myšleno jestli mají celoroční přípravu, nebo ne. Aby nedošlo k nedorozumění, v závorce za otázkou jsem uvedla, na co konkrétně se ptám. Chtěla jsem zjistit, jestli trénují na soutěž celý rok, nebo jen určité období před soutěží. Pokud by trénovali pouze před soutěží, měl respondent uvést, jak dlouhé období před soutěží se věnují přípravě dětí.



**Graf 6 Trénink během roku**

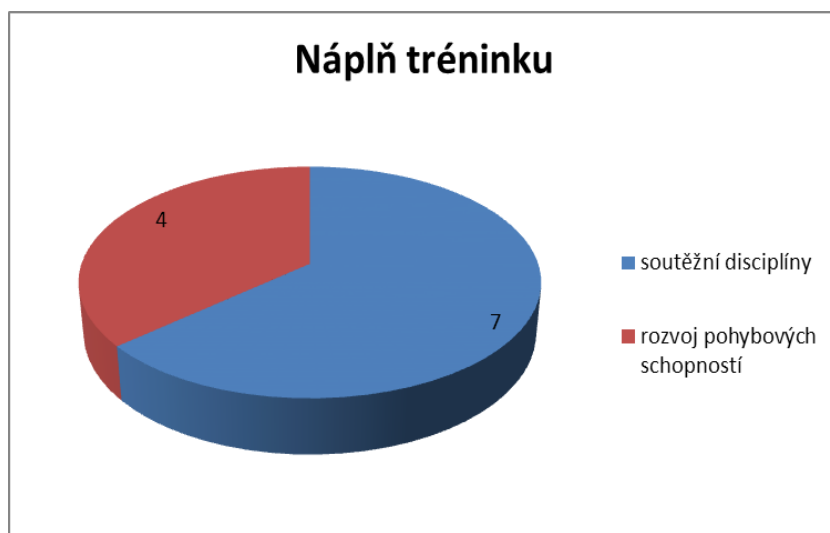


Zdroj: Vlastní výzkum

Dvě družstva (18%) trénují pouze před soutěží. První z nich se k tréninku na soutěž poprvé sejde dva měsíce před soutěží, druhé ostře nacvičuje pouze pět týdnů před soutěží. Respondent ale dále uvádí, že se občas schází i během roku, aby zopakovali vázání uzlů a topografické značky. Bývá to prý výjimečně. Všichni ostatní (82%, tedy 9 respondentů) uvedli, že nacvičují celý rok tak intenzivně, jak jsou zvyklí. Z těchto vedoucích jen jeden uvedl, že nacvičují celoročně s výjimkou Vánoc a prázdnin.

V deváté otázce jsem se ptala na charakter tréninkových jednotek. Zda děti nacvičují pouze disciplíny na soutěž, nebo jsou v tréninku zařazené i části zaměřené na zdokonalování a zlepšování kondice, techniky a taktiky. Popřípadě i nějaká psychologická příprava dětí.

**Graf 7 Obsah tréninkové jednotky**



Zdroj: Vlastní výzkum

7 respondentů (64%) uvedlo, že nacvičují pouze disciplíny na soutěž. Znamená to tedy, že netrénují nic jiného než přesně stanovené části disciplín či celé disciplíny vcelku. Zbýlých 36% uvedlo, že ke svým tréninkům využívají i školní hřiště či tělocvičny, kde cvičí na náradí, trénují starty, dělají pořadové přípravy a v neposlední řadě hrají míčové hry. Dva respondenti uvedli, že atletické či gymnastické části mají v každém tréninku. Jeden z respondentů napsal, že pomocí her trénují taktickou přípravu. Také dětem nechali vypracovat test temperamentu, aby věděli, jak ke konkrétním dětem přistupovat.

Desátá otázka byla směřována na děti a výběr vhodné činnosti pro ně. Zajímalo mě, jakým způsobem vedoucí volí děti na určité úseky dráhy či činnosti při disciplínách. Otázka byla otevřená, ale 91% vedoucích (10 z 11) se shodlo na tom, že záleží především na fyzických dispozicích dítěte a jeho šikovnosti. Morální a psychologické kondici věnoval pozornost jeden z těchto vedoucích. Další uvedl, že záleží i na přání dítěte samotného. Tento repondent dále uvedl, že samozřejmě nelze vyhovět všem dětem, proto záleží na vedoucím, jak dítě motivuje k zájmu o jinou pozici. 9% ( 1 z 11) respondentů uvedlo, že především záleží na docházce, jinak je výběr náhodný. Pokud

bude dítě sebešikovnější, ale nebude pravidelně docházet na tréninky, vedoucí dá přednost někomu jinému, kdo si to podle něj zaslouží víc.

Na tuto otázku navazuje jedenáctá, kterou jsem chtěla vyzkoumat, zda nacvičují a zkouší si všechny děti všechny pozice, nebo jsou po několika trénincích přiřazeni na určitou pozici a u té už zůstanou. Například zda u požárního útoku dítě na pozici rozdělovače umí i jiné pozice, nebo jestli ovládá jen tu jednu.

**Graf 8 Přípravenost dětí na jinou pozici v disciplíně**



Zdroj: Vlastní výzkum

Devět respondentů (82%) uvedlo, že děti učí více pozic už jen z důvodu nemoci před soutěží, náhlého zranění. A zároveň mohou vybírat vhodné dítě i během roku, jelikož, jak uvádí jeden z nich, schopnosti jedince se během roku vyvíjejí a zdokonalují. Jeden z respondentů mi uvedl, že chce, aby si jeho děti vyzkoušely všechny pozice a mohly se potom snázeji rozhodnout, která z pozic v disciplíně jim vyhovuje. Dva respondenti mi uvedli (18%), že děti učí jen své pozice. V tomto případě odpovědi, byla podotázka, jakým způsobem řeší např. nemoc před soutěží. Jeden respondent označil jedno z dětí „univerzálem“, které umí naprosto všechno a je proto schopné kdykoliv absentující dítě

zastoupit. Druhý respondent uvedl něco podobného. Pouze nemají jedno „univerzální dítě“, ale na každou pozici v disciplíně několik.

Dvanáctou otázkou se vracím k tréninku z hlediska přípravy. Plánujete si trénink dopředu, nebo chodíte na trénink bez přípravy a řešíte vše na místě podle situace?

**Graf 9 Plánování tréninkových jednotek**



Zdroj: Vlastní výzkum

Sedm respondentů (64%) mi odpovědělo, že si připravují tréninky dopředu. Pět z nich dále uvedlo, že si plánují tréninky v průměru dva dny dopředu, vzhledem k počasí. Dva respondenti odpověděli, že mají vypracované roční plány, které upravují dle situace, schopností dětí a vyvstalých problémů, které je nutné okamžitě řešit. Zbylí čtyři respondenti (36%) uvedli, že chodí na trénink bez přípravy. Jeden z nich proto, že nikdy neví, kdo z dětí mu na trénink přijde, druhý proto, že chce dětem vyjít vstříc a snaží se je touto formou i motivovat.

Třináctá otázka byla směřována na výsledky současného družstva. Zajímalo mě, jakých úspěchů si vedoucí nejvíce váží a proč. Otázka byla otevřená, vedoucí mohli napsat cokoliv. V této otázce zazněla čtyřikrát (36%) odpověď, že největším úspěchem je, že se na hru Plamen dostali. Jedná se vždy o nová družstva, která soutěžila poprvé.

Vedoucí mají v těchto družstvech dlouholeté zkušenosti, ale vloni své děti odevzdali do kategorie „starší“, tedy i jiným vedoucím, a sami si začali vychovávat nové mladé hasiče. Jeden z respondentů odpověděl, že si nejvíce váží, když před dvěma lety vyhráli disciplínu požární útok. Důvodem radosti bylo, že se dětem při prvním pokusu roztrhla hadice, vedoucí musel shánět náhradní, děti byly zklamané, že se jim to nepovedlo, a na další pokus už vůbec nechtěly jít. Když potom měly nejlepší čas útoku, měli všichni obrovskou radost. Další respondent uvádí, že největší radost měl, když děti vyhrály okresní kolo. Jelikož je okresní kolo pro kategorii „mladší“ prvním a zároveň i posledním kolem, kam mohou postoupit, cítil se, „jako by vyhrál republiku“, jak uvádí. Ostatní vedoucí bohužel napsali jen pořadí v soutěži a rok. Podotázce se vyhnuli odpovědí, že to je jejich nejlepší umístění, a proto si ho váží nejvíce.

Čtrnáctá otázka se ptala na zájem obou pohlaví o hasičský sport. Podotázkou jsem chtěl znát přesný počet chlapců a děvčat ve družstvu. Pro přehlednost jsem výsledky této otázky převedla do tabulky.

**Tabulka 1 Počet dívek a chlapců ve družstvech**

	Dívky	chlapci
SDH 1	6	3
SDH 2	4	10
SDH 3	6	6
SDH 4	7	6
SDH 5	6	6
SDH 6	18	5
SDH 7	8	7
SDH 8	9	6
SDH 9	10	5
SDH 10	6	6
SDH 11	14	8
celkem	94	68

Zdroj: Vlastní výzkum

Z tabulky vyplývá, že pokud jde o celkový počet dětí, v hasičském sportu na benešovském okrese v kategorii „mladší“ převládají dívky. Co se týče samotných

družstev, je jen jedno (9%), ve kterém je více chlapců než dívek. Ve třech družstvech (27%) je stejný počet chlapců i dívek. U ostatních družstev (7 z 11) jasně převládají dívky.

Patnáctou otázkou jsem zjišťovala, zda se ve družstvech objevují děti s nadváhou či obezitou. Tato otázka byla nejproblematictější, protože sami vedoucí nevěděli jistě přesné míry a váhy. Snažili se mě přemluvit, aby tabulku nemuseli vyplňovat. Velmi mě prosili zejména vedoucí družstev, kde mají přes dvacet členů. Rozhodla jsem se, že chci znát míry a váhy dětí, které pojedou na jarní kolo hry Plamen. Nakonec mi tabulku vyplnili. V jednom dotazníku se objevilo 9 dětí, ostatní uváděly 10. Jako metodu posuzování jsem si vybrala výpočet Body Mass Indexu.

Nemohla jsem použít klasický vzoreček, jelikož je stavěný pro dospělé lidi, a vycházely by mi zkreslené výsledky. To jsem nechtěla, takže jsem na internetu našla kalkulačku přímo určenou pro výpočet BMI u dětí od dvou do dvaceti let. Zohledňuje se tam i věk dítěte s přesností na měsíce a pohlaví.

Z výsledků tabulek všech družstev mi vyšlo, že pouze tři dívky trpí nadváhou. Obezitu jsem u nikoho nenaměřila. První ze tří dívek měla BMI 21 ve věku deseti let. Druhá tabulka vypočítala index 19 ve věku osmi let a poslední byl naměřen index 20, také ve věku osmi let. ([www.betterhealth.vic.gov.au](http://www.betterhealth.vic.gov.au))

Šestnáctá otázka zkoumala motivaci dětí vedoucím. Opět to byla otázka otevřená, odpovědi se velmi často opakovaly. Nejčastější odpověď byla pochvala (100%). U této odpovědi měl jeden z respondentů dodatek, že pochvalou by se nemělo šetřit, pokud je oprávněná. Velmi častou motivací pro děti jsou vycházky, výlety, víkendové pobyty nebo dokonce tábory (81%). Vedoucí jsou v tomto ohledu velmi kreativní. Výlety podnikají od cest do aquaparku až po návštěvy profesionální hasičů. Až třetí nejčastější odpovědí byla sladkost. A to ve formě bonbonů, lízátek nebo zmrzliny (63%). Ostatní vedoucí, kteří neuvedli sladkost (27%), odměňují své děti večerí po soutěži nebo častým opékáním buřtů. Tato skutečnost mě velmi mile překvapila. Jeden z vedoucích k tomu dodává, že to děti dělají sami pro sebe, a proto není třeba jim dávat sladkosti při každé příležitosti. U čtyř respondentů (36%) jsem se dočkala i odpovědi, že největší motivací

je pro děti účast v soutěžích, proto je více ani motivovat nemusí. Jeden respondent mi odpověděl, že motivace je v osobní konkurenci dětí a v jejich pocitu z dobře vykonané práce.

Sedmnáctá otázka byla opět otevřená. Odpovědi byly ale celkem totožné. Všechny 11 respondentů (100%) se společně shodlo na tom, že neúspěch neznají. V odpovědích dále rozvádějí tuto výpověď. 10 respondentů (91%) uvádí, že děti i tak pochválí, jelikož se snažily, ale bohužel zapracovala tréma. Vždy se z chyb poučí a příště se je snaží eliminovat. Jde o práci s chybou a pět respondentů (45%) shodně napsalo, že mají chyby rádi, protože bez nich by se to děti správně nenaučily. Jeden respondent popisuje, že s dětmi při neúspěchu jedná podle jejich povahy. Jde-li například o dítě neukázněné, nebojí se volit silnější slova. Dodává, že nemusí mít zlato, aby si hasičský sport všichni užili.

Osmnáctou otázkou jsem se ptala, jestli se vedoucí někdy setkal s nějakou krizovou situací ve své kariéře, a pokud ano, jak ji řešil. Otázka byla polouzavřená.

**Graf 10 Krizové situace při tréninku/soutěži**



Zdroj: Vlastní výzkum

Pět vedoucích (46%) se s krizovou situací nesetkalo. Byla to ta družstva, které byla na soutěži poprvé a ještě další dva sbory. Jeden vedoucí uvedl krizovou situaci na soutěži, když vybrali špatné hadice a celé družstvo bylo diskvalifikováno ze soutěžní disciplíny. Děti byly zklamané, vedoucí okamžitě uznali chybu, omluvili se se slovy, že mýlit se je lidské, a pokračovali v soutěži. Ostatní obeslaní (46%) krizovou situaci nikdy nezažili přímo na soutěži, stala se jim při trénincích. Jednalo se o úrazy a zranění, které se staly před soutěží, a vedoucí museli rychle vymýšlet náhradní řešení. Navíc se objevila i odpověď, že se často setkávají s agresivitou dětí. To ale nepovažují za krizovou situaci. Jeden respondent uvedl, že krizová situace u nich ve družstvu nastává jen mezi vedoucím a jeho asistentem při výměně názorů.

Devatenáctou otázkou jsem nastolila fiktivní situaci v soutěži a chtěla jsem znát názor respondentů. Jednalo se o otázku, zda je pro ně umístění na 5. místě z 10 prohra nebo výhra.

**Graf 11 Reakce na modelovou situaci**



Zdroj: Vlastní výzkum

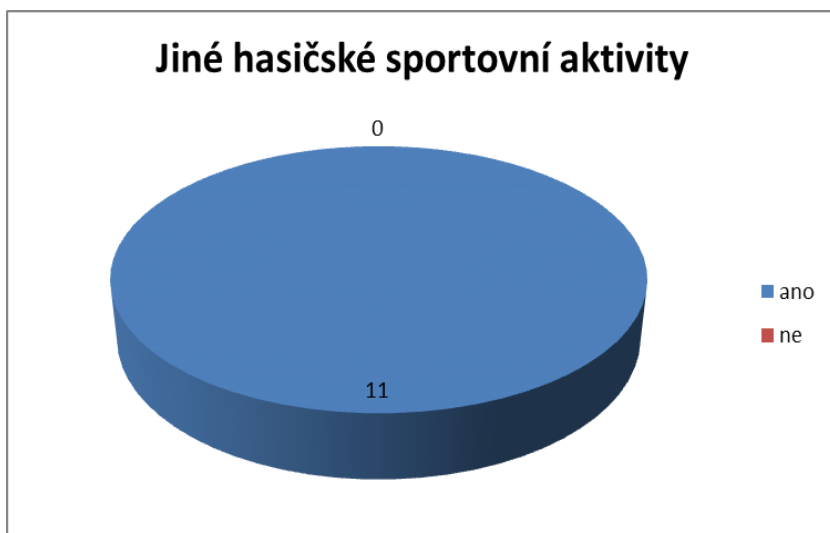
Jen tři respondenti z jedenácti (27%) uvedli, že by to pro ně byla prohra. Jeden vedoucí uvádí, že jeho děti jsou výborné a mají na víc. Další uvedl, že asi prohra, jelikož se



v posledních letech umísťují na předních místech, a nejhorší je, když družstvo klesá. Poslední odpověděl, že nejspíš prohra, ale že je to lepší, než být poslední. Všichni dodávají, že by to na sobě před dětmi nedali znát, aby je nedemotivovali pro další činnost. Vedoucí, kteří uvedli, že je to výhra, dodávali nejčastěji jako důvod to, že děti mají kamarády (6 z 8), zažily hezký den (5 z 8) a naučily se pracovat s neúspěchem (8 z 8). Jeden z vedoucích považuje za úspěch i poslední místo, protože to dělá pro děti a jejich zábavu. Je rád, že děti vůbec má.

Předposlední otázka se ptala na jiné soutěžní aktivity, kterých se se svými dětmi zúčastní. Byla polouzavřená. Chtěla jsem znát, zda se účastní nějakých jiných hasičských akcí, a pokud ano, tak jakých. Víím, že je pro děti mnoho příležitostí, jak strávit příjemný den nebo i delší čas s hasičskou tematikou a tím je motivovat pro další práci.

**Graf 12 Jiné hasičské aktivity**



Zdroj: Vlastní výzkum

Všichni obeslaní uvádějí, že kromě hry Plamen se pravidelně účastní i jiných hasičských akcí pro děti i dospělé. Nejčastěji se objevovala soutěž Diabolka (9 z 11) a Hasíkovo dobrodružství (9 z 11). Devět z jedenácti vedoucích (82%) uvedlo, že se

účastní i hasičských soutěží pro dospělé, kde předvádějí hasičský útok. Téměř všichni respondenti (10 z 11) pravidelně pořádají nebo jezdí na hasičské tábory.

Poslední otázkou bylo, zda děti ze družstev pěstují i jiný sport. Opět byla otázka polouzavřená. Odpovědí bylo ano – ne. Pokud respondent uvedl ano, chtěla jsem znát konkrétní sportovní odvětví. Tato jediná otázka se netýkala současného družstva. Byla směřována na dlouhodobé zkušenosti s prací s mladými hasiči.

**Graf 13 Jiná sportovní odvětví**



Zdroj: Vlastní výzkum

Deset z jedenácti obeslaných (91%) odpovědělo, že se ve své praxi setkali s dětmi, které se kromě členství v hasičském družstvu staly členy i jiných sportovních odvětví. Zajímavé je, že se následné odpovědi rozdělily na chlapce a dívky. Všech deset respondentů uvedlo, že chlapci u nich nejčastěji odchází k fotbalu. Dodávají, že je to jediný jiný sport, který mají na vesnici, a že je to i díky jejich kamarádům. Jeden z respondentů uvedl, že chlapec od nich z družstva běhá orientační běh. U dívek se často mluvilo o atletice (9 z 10) nebo o orientačním běhu (4 z 10).

## **Porovnání přípravy družstev v závislosti na výsledku v soutěži**

### **A) Porovnání nejlepšího a nejhoršího družstva v soutěži**

Podle výsledkové listiny (Příloha 2) se pokusím najít rozdíly mezi přípravou nejlepšího družstva (SDH 1) a družstva, které skončilo na posledním místě (SDH 2).

U obou družstev je vedoucím muž. SDH 1 má vedoucího s 5ti letou zkušeností, SDH 2 má vedoucího s 28 letou zkušeností. Je to ten vedoucí, který má připravený roční plán tréninku a pozměňuje ho s přihlédnutím k aktuální situaci. Tento vedoucí nemá asistenta a družstvo si tudíž vede sám. Vedoucí SDH 1 má asistenty dva.

V obou družstvech je shodně 12 dětí, jejich složení je také totožné. Mají 6 chlapců a 6 dívek. U SDH 2 je věkový průměr 7 let a zároveň uvádí, že jsou na soutěži poprvé. SDH 1 má věkový průměr 8 let.

SDH 1 nacvičuje jen před soutěží, ale během roku se občas sejdou, aby si zopakovali vázání uzlů nebo topografické značky. SDH 2 nacvičuje celý rok. Obě družstva při trénincích nacvičují pouze disciplíny na soutěž s tím, že SDH 2 tvrdí, že kondiční příprava je osobní záležitost každého dítěte. SDH 1 nacvičuje jednou týdně dvě hodiny, SDH 2 také nacvičuje jednou týdně dvě hodiny.

Pro plnění disciplín si SDH 1 volí děti podle šikovnosti, zkušenosti a především podle fyzických předpokladů. SDH 2 nechává děti, aby si vybraly disciplínu, kterou by chtěly plnit, tudíž je výběr dětí náhodný. Oba vedoucí chtějí, aby jeho děti uměly všechny pozice ve všech disciplínách, a byly tak zastupitelné.

Jak už jsem uvedla, obě SDH si připravují tréninkové jednotky dopředu. Vedoucí SDH 2 má roční plán, podle kterého postupuje.

Podle výpočtu BMI ze 14. otázky jsem zjistila, že ani jedno z obou družstev nemá v týmu dítě s obezitou nebo nadváhou. Pouze u SDH 2 jsou dvě děti, které mají podváhu.

Zajímavé je porovnání motivací obou družstev. SDH 1 uvádí, že po soutěžích chodí na večeři nebo pečou po trénincích buřty. Samozřejmě nešetří pochvalou, pokud je oprávněná. Vedoucí SDH 2 uvedl, že samozřejmě děti chválí, ale domnívá se, že největší motivací je osobní konkurence dětí a pocit z dobře vykonané práce.

Pokud se družstvo setká s neúspěchem, oba vedoucí tvrdí, že chybami se člověk učí a že mají chyby rádi. Vedoucí SDH 1 dále dodává, že se z toho poučí, dětem vše vysvětlí a snaží se tutéž chybu příště neudělat.

Co se týká krizových situací, vedoucí SDH 2 uvádí, že jedinou krizovou situací, kterou zažívá, ale téměř často, je agrisivita dětí. Vždy se snaží o smíření. Druhý vedoucí se s krizovou situací setkal pouze na tréninku, jednalo se o úraz. Na soutěž jel někdo jiný. Páté místo z deseti. Úspěch nebo neúspěch? Tak zněla další otázka a opět panovala vzácná shoda. Vedoucí SDH 2 uvádí, že je to úspěch, ale zároveň tvrdí, že se na pořadí nekouká, snaží se, aby se děti něco naučily, něco zažily a měly krásný den. I vedoucí SDH 1 píše, že by se jednalo o úspěch. Samozřejmě by malé zklamání bylo, ale jen u vedoucích. Dětem by nic nedali znát. Oba respondenti podotýkají, že je to skvělá příležitost, jak se naučit pracovat s neúspěchem, protože si určitě všichni na první místo tajně myslí.

Obě družstva se zúčastňují hasičských táborů. Navíc SDH 1 jezdí pravidelně na jiné hasičské soutěže pro děti i dospělé. Vedoucí SDH 2 uvedl, že na jiné dětské soutěže nejedí.

## **B) Porovnání umístění družstev v závislosti na intenzitě a obsahu tréninku**

Opět budu vycházet z výsledků soutěže (Příloha 2). Budu postupovat od vítěze soutěže až k poslednímu místu. Tedy SDH 1 až SDH 11, podle umístění.

Vítěze soutěže jsem podrobně zpracovala v předchozím odstavci. Co se týče intenzity a délky tréninku, SDH 1 trénuje jednou týdně dvě hodiny. Během roku netrénují vůbec, na soutěž se připravují pět týdnů před soutěží. Při občasných schůzkách v roce pouze

opakují některé stěžejní disciplíny, jako je vázání uzlů nebo topografie. Ve svých trénincích se zaměřují jen na nácvik soutěžních disciplín. Během roku se zúčastňují jiných hasičských soutěží, což se do přípravy také počítá.

SDH 2 mají délku tréninkové jednotky dvě hodiny. Scházejí se jednou týdně, přímo před soutěží dvakrát týdně. Ani SDH 2 nenacvičuje celý rok, pravidelně se scházejí pouze dva měsíce před soutěží. Opět se setkávám s odpovědí, že družstvo nacvičuje jen disciplíny, které se plní na soutěži. I toto družstvo jezdí na jiné soutěže pro mladé hasiče, takže i zde můžeme mluvit o nepřímé přípravě na soutěž.

SDH 3 také trénují jednou týdně a to dvě hodiny. Toto družstvo nacvičuje celý rok, kdy se schází pravidelně jednou týdně, aby se děti důkladně připravily na soutěž. Družstvo nacvičuje pouze disciplíny na soutěž a během roku se, jako předchozí dvě družstva, účastní soutěží s hasičskou tematikou.

SDH 4 nacvičuje dvakrát týdně. Délka tréninku je hodina a půl. Družstvo nacvičuje celý rok, respondent uvedl, že dvakrát týdně se schází hlavně před soutěží. Je to první družstvo, které nemá své tréninkové jednotky zaměřené pouze na nácvik soutěžních disciplín, ale pro své tréninky využívají i tělocvičnu pro gymnastickou přípravu a atletické hřiště pro nácvik atletických prvků jako jsou starty, předávky ve štafetách. Respondent dále uvádí, že prvky atletiky nebo gymnastiky mají v každé tréninkové jednotce. I toto družstvo se pravidelně účastní i jiných hasičských soutěží.

Další družstvo v pořadí nacvičuje také celoročně. Jejich trénink je dlouhý obvykle dvě hodiny a scházejí se jednou týdně. Ve svých tréninkových jednotkách nacvičují nejen disciplíny na soutěž, ale v každém tréninku mají prvky gymnastiky nebo atletiky, aby si děti zlepšily svoji kondici. Opět využívají tělocvičnu nebo hřiště k těmto nácvikům. Děti hrají hry a na nich je učí správně taktizovat. Navíc si vedoucí nechal od dětí vypracovat test temperamentu, aby věděl, co má ve družstvu za děti a jak k nim přistupovat. I SDH 5 se účastní jiných hasičských akcí, navíc je to vedoucí, který se svými dětmi často zavítá k profesionálním hasičům, aby děti ještě více motivoval.

Družstvo SDH 6 trénuje jednou týdně hodinu a půl. I toto družstvo nacvičuje celý rok a dodává, že jsou to i skauti, takže se snaží dělat všechno. Využívají tělocvičny i venkovního hřiště pro své tréninky. Toto družstvo se také účastní akcí, které se týkají hasičského sportu, tábory i ukázky na dospělých soutěžích.

SDH 7 je jediné družstvo, jehož trénink bývá dlouhý hodinu. Scházejí se jednou týdně a také jako většina družstev trénují celý rok. Obsahem jejich tréninkové jednotky jsou jen disciplíny na soutěž. Jelikož jsem za toto družstvo jako malá také běhala, vím, že je to jeden z mála sborů, který sám organizuje dětské soutěže s hasičskou tematikou, stále vymýšlí nové a jsou pravidelnými účastníky jiných soutěží.

Družstvo SDH 8 nacvičuje jednou týdně, pokud je ale potřeba, sejdou se i vícekrát, záleží na situaci. Trénink bývá dlouhý dvě hodiny. Schází se celoročně, využívají tělocvičny, kde hlavně v zimě cvičí na náradí a hrají hry. Na jaře využívají hřiště a cvičí starty, atletickou abecedu a jiné atletické prvky. SDH 8 také jezdí pravidelně na jiné soutěže spojené s hasičským sportem.

SDH 9 má trénink dlouhý hodinu a půl a scházejí se jednou týdně. I oni trénují celoročně, ale nacvičují pouze disciplíny spojené s hrou Plamen. Nevyužívají žádné tělocvičny. Kromě hry Plamen nejedí na žádné jiné dětské soutěže s hasičskou tematikou, jen jezdí na hasičské soutěže pro dospělé, kde předvádějí hasičský útok.

Družstvo SDH 10 trénuje dvakrát týdně tři hodiny. Také trénuje celý rok. Obsahem tréninkové jednotky je nácvik disciplín, které se v soutěži objevují. Takže ani tady nenajdeme prvky gymnastiky, atletické přípravy nebo sportovních her. I toto družstvo se pravidelně účastní jiných hasičských soutěží pro děti i dospělé. Také jezdí na hasičské tábory.

Poslední družstvo se k tréninku schází jednou týdně. Jejich trénink bývá dlouhý dvě hodiny. I oni trénují celoročně, ale jen disciplíny na soutěž. Vedoucí tvrdí, že zdokonalování kondičních schopností je osobní záležitostí každého dítěte, proto se na ně v tréninku vůbec nezaměřuje. SDH 11 nejedí na žádné jiné dětské soutěže, jen občas zavítají na soutěž dospělých. Jedinou pravidelnou aktivitou je hasičský tábor.

## **Hasičský sport jako příprava na jiné sportovní odvětví**

Z výsledků dotazníků jsem zjistila, že děti často přecházejí k jinému sportovnímu odvětví. Pominu-li fotbal, ke kterému chlapci odchází většinou díky svým kamarádům, pokusím se najít podobnosti v hasičském sportu a ve sportovních odvětvích, ke kterým děti odcházejí nejčastěji.

### **1) Atletika**

Domnívám se, že pravidla pro hasičský sport vycházejí z pravidel atletických. Kategorie „nejmladší žactvo“ koresponduje s kategorií „mladší“ v hasičském sportu. Jsou to děti, které jsou 11ti leté a mladší. I tady zařazení do kategorie závisí na roku narození dítěte.

Měření dosaženého času je odlišné v tom, že v hasičském sportu jsou tři časoměři, v atletice minimálně dva, tady se uplatňuje horší naměřený čas, zaokrouhlený na jedno desetinné místo směrem nahoru. Pokud je časoměřů více, např. čtyři, škrtně se nejhorší a nejlepší čas. Ze zbylých se vybere horší čas a ten je výsledný. Na rozdíl od hasičského sportu se čas měří do doby, než atlet protne trupem cílovou rovinu. V hasičském sportu je jedno, jakou částí těla protne soutěžící cíl. Hodnocení pořadí je také stejné jako v has. sportu.

U štafetových běhů je v obou sportech vyznačeno předávací a náběhové území. Při předávce je u obou sportů rozhodující poloha kolíku, resp. štafetové proudnice, nikoliv poloha běžce.

Na rozdíl od has. sportu, kdy se hovoří jen o neplatném pokusu, v atletice se setkáváme i s nezdařeným pokusem. Neplatný pokus v has. sportu znamená porušení pravidel a pokus nesmí být opakován. V atletice je za neplatný pokus označován pokus, který byl zmařen bez zavinění sportovce, např. zlomení oštěpu. V takovém případě má atlet právo na nový pokus. Nezdařeným pokusem se míní např. shození laťky při skoku vysokém. V takovém případě možnost na opravu nemá a závodníkovi právo na další pokus zaniká. ([www.atletika.cz](http://www.atletika.cz))

Hasičský sport je v těchto pravidlech tvrdší, protože pokud dojde k roztržení hadice, vypadnutí gumičky z půlspojky apod., jde vždy o neplatný pokus bez možnosti opakování. Již několikrát jsem toho byla svědkem.

Myslím si, že atletika je právem sport, ke kterému se děti z has. sportu uchylují. Je tam mnoho podobností a drobné odchylky lze dotrénovat.

## 2) Orientační běh

Trat' orientačního běhu, bereme-li v úvahu pěší, je stejně jako v hasičském sportu Závod požárnické všestrannosti, dále jen ZPV, tvořena startem, kontrolami a cílem. V orientačním běhu je začátek orientace, a celý závod se potom musí umět soutěžící orientovat podle mapy. Kdežto v ZPV je tento orientační úsek krátký, je součástí stanoviště základů topografie. Závodník has. sportu se neorientuje podle mapy, ale své znalosti s mapou musí prokázat na stanovišti, kde orientuje mapu pomocí buzoly. V ZVP je orientační běh uskutečňován podle buzoly a na krátké vzdálenosti. Je to vlastně součást dvou, resp. tříkilometrové tratě. ([www.orientacnibeh.cz](http://www.orientacnibeh.cz))

Orientační běh není ale jen umět se orientovat v prostředí, ale zároveň umět číst v mapách. I to se mladí hasiči učí.

K jejich znalostem patří i poznávání topografických značek, jejich správné pojmenování a vysvětlení.

Myslím si, že mladý hasič, který se rozhodne být účastníkem orientačních běhů, je dobře připraven na tento sport. Samozřejmě se musí ještě velmi učit o práci s mapou apod., ale pro začátek je vybaven vědomostmi, které mu umožní tento sport lépe a rychleji pochopit a zvládnout.



### 3) Sportovní střelba

Jako další sport, na který může navázat mladý hasič, je sportovní střelba. Mladý hasič střílí ze vzduchovky, kalibr 5,5mm, o hmotnosti 3000g. Střílí na špalíčky vzdálené 10 m v poloze ležícího střelce bez opory (mladší kategorie oporu má). Střelba se trénuje celoročně a vedoucí je patřičně vyškolen, aby si hasič nejen osvojil základní dovednosti při střelbě, ale i správné pojmenování částí zbraně, bezpečnost při střelbě...

Ve sportovní střelbě není disciplína zaměřená přímo na střelbu z klasické vzduchovky, ale najdeme zde střelbu ze vzduchovky, která je upravena (váhou, délkou) pro potřeby sportovní střelby. Střílí se také na 10 m, ale ne na špalíčky, ale na terče a na rozdíl od ZPV se střílí pouze vstoje.

Při sportovní střelbě střílí jednotlivec 40 ran, kdežto při ZPV střílí celé družstvo, každý má tři rány na tři špalíčky.

Jako při sportovní střelbě i u ZPV nesmí soutěžící trefit terč, resp. špalík svého soupeře, resp. dalšího člena družstva. ([www.shooting.cz](http://www.shooting.cz))

## 11 Diskuze

Při psaní diplomové práce jsem mohla využít své dlouholeté zkušenosti v hasičském sportu, který je mi velmi blízký. Z mého pohledu je to velmi zajímavý sport a myslím si, že je škoda, že se o něj zajímá tak málo populace.

Největším problémem celé práce bylo sehnání potřebné literatury. Protože je o hasičský sport velmi malý zájem, veškerou literaturu si vydává Sdružení hasičů Čech, Moravy a Slezska samo, a navíc v omezeném množství. Nebýt známých, neměla bych z čeho čerpat. Naštěstí se vše podařilo a knihy, ze kterých jsem čerpala, jsem sehnala.

Teoretickou část jsem se snažila psát tak, aby ji rozuměl i laik, který o hasičském sportu slyší poprvé. Velmi podrobně jsem se zabývala především hasičskou hrou Plamen, jelikož pro děti je to vrchol jejich celoroční přípravy.

Mým hlavním cílem bylo analyzovat přípravu dětí v hasičském sportu. Zajímalo mě, jakým způsobem se připravují, na co se připravují, jak často... Příprava se ale neobejde bez vedoucích jednotlivých družstev, proto jsem ve výzkumné části využila dotazníku právě pro vedoucí. Rozhodla jsem se, že svůj výzkum budu směřovat jen na benešovský okres, protože k této oblasti mám úzký vztah. Na Okresním sdružení hasičů jsem si vyžádala kontakty na všechny vedoucí hasičských sborů, které v současné době trénují mladé hasiče. Rozposlala jsem jim dotazníky, které jsem následně vyhodnotila a porovнала. Chtěla jsem znát přípravu dětí z jejich pohledu. Tento pohled nelze v žádném případě považovat za jediný a správný. Domnívám se, že by bylo velmi zajímavé zeptat se i dětí, jaké mají na svou přípravu názor ony, a tyto dva výsledky porovnat.

Ve své práci jsem došla k závěru, že nezáleží jen na intenzitě a frekvenci tréninkové jednotky, ale zároveň i na jiných aspektech, jako je počet dětí ve družstvu, výběr dětí k plnění disciplín, účast na jiných hasičských akcích, apod. Všechny složky jsou natolik provázány, že nelze s přesností určit, která přímo rozhoduje o umístění v soutěži. Dále z výzkumu vyplývá, že v hasičských družstvech v kategorii „mladší“ na benešovském okrese převládají dívky. Téměř všichni vedoucí družstev mají asistenty, své děti

motivují při úspěchu i neúspěchu a nejčastější motivací je pochvala. Všechna družstva se zúčastňují různých akcí spojených s hasičskou přípravou. Pro splnění nějaké disciplíny si většina vedoucích dítě vybírá záměrně, převážně podle jeho dispozic a předpokladů. A téměř všichni vedoucí mají zkušenost s odchodem dětí k jiné sportovní disciplíně.

Domnívám se, že jsem plně nevyužila všech získaných informací a je tedy určitý prostor pro další práci v této oblasti. Práce přinesla velmi zajímavé výsledky, se kterými by se dalo více či méně pracovat při přípravě dětí.

Tento sport bych doporučila dětem, které ještě nenašly své sportovní uplatnění a chtějí se naučit něco nového a neobvyklého. Jelikož tento sport není genderově založený, dává prostor chlapcům i dívkám všech věkových kategorií, od mateřské školy až po dospělé jedince. Zároveň se mohou zapojit i děti, které nemají ideální postavu sportovce. Vždy se pro ně najde nějaké uplatnění, protože disciplíny v soutěžích jsou opravdu pestré. A navíc jsem se ve svém výzkumu nesetkala s vedoucím, který by svou práci dělal nerad. Vždy mají s dětmi výborný vztah.

Myslím si, že počet dětí v hasičském sportu není malý. Vezmeme-li v úvahu, že podobné počty dětí můžeme najít v každém družstvu po celé České republice, domnívám se, že je čas se tomuto sportu více věnovat.

## 12 Závěry

První z hlavních hypotéz se mi nepotvrdila. Dva vedoucí uvedli, že trénují dvakrát týdně, jedno dvě hodiny, druhé dokonce tři hodiny. Nacvičují pravidelně celý rok. Tato dvě družstva měla nejfrekventovanější trénink, druhé z nich dokonce i nejintenzivnější, ale to jim na získání prvního místa nestačilo. Družstvo, které se umístilo na prvním místě, trénuje jednou týdně dvě hodiny. Během roku netrénují vůbec. Z výsledků tedy vyplývá, že nezáleží jen na těchto dvou aspektech.

Druhá hypotéza, která je také hlavní, se mi potvrdila. Téměř všichni respondenti uvedli, že se každoročně účastní hasičských táborů. Mimo to se některá družstva zúčastňují menších hasičských soutěží, kde mají možnost zopakovat si některé disciplíny na soutěžní hru Plamen. Myslím si, že i účast na jiných soutěžích má svůj podíl na výsledném umístění ve hře Plamen. Pro přípravu dětí je v hasičském sportu pořádáno mnoho různorodých akcí, do kterých se zapojují.

Třetí hypotézu jsem si rozdělila na několik dílčích částí. Její první část se nepotvrdila. Jeden z vedoucích asistenta nemá. Ostatní mají alespoň jednoho, někteří vedoucí uváděli i více asistentů. Ani délka praxe není u všech vedoucích delší než dva roky. Jedno z družstev, které bylo na soutěži poprvé, má vedoucího s roční praxí. Každý vedoucí buď asistenta má, nebo alespoň někdy měl. Z toho lze soudit, že asistent je pro vedoucí velmi důležitý. Délka praxe vedoucích je rozmanitá, od jednoho roku až po téměř třicet let. Jediný vliv, který to má na přípravu dětí, je ten, že zkušenější vedoucí si většinou plánují tréninkové jednotky dopředu. Jinak jsem v přípravě nenašla rozdíly.

Vedoucí se snaží děti motivovat za každé situace. Z dotazníků vyplývá, že nejčastější motivací je pochvala. Při neúspěchu vedoucí své děti minimálně pochválí za snahu. Pouze jeden vedoucí uvedl, že motivuje jen ty děti, které si to zaslouží, a pokud si dítě za neúspěch může samo svou neukázněností, nebojí se volit silnější slova. I přesto ale mohu říct, že nějaká motivace k další práci je od všech vedoucích, ať už se jedná o úspěšnou či neúspěšnou situaci.

V kategorii „mladší“ na benešovském okrese převládají dívky. V několika případech jde o markantní rozdíly mezi počty dívek a chlapců. Častěji se objevuje těsná převaha dívek, resp. stejný počet obou pohlaví v družstvech. Pouze v jednom družstvu je více chlapců. Z dotazníků lze vyvodit, že tato skutečnost je zaviněna i odchody k jiným sportovním odvětvím.

Co se týče výběru dětí k plnění disciplíny, jen jeden vedoucí uvedl, že děti vybírá náhodně, především podle docházky. Hypotéza se tedy potvrdila. Ostatní vedoucí děti zapojují do soutěžních disciplín především podle fyzické zdatnosti a šikovnosti. U devíti družstev se děti učí všechny pozice v disciplínách. Jednak je to z důvodu zastupitelnosti, a také proto, aby mohl vedoucí zvolit vhodné dítě k plnění disciplíny. Vedoucí tedy cíleně volí děti podle jejich schopností.

Téměř všichni vedoucí mají nějakou zkušenost s odchodem dětí k jiným sportovním odvětvím. Jen jeden vedoucí se s tím ještě nesetkal. Tento vedoucí má ale svou praxi na pozici vedoucího jen jeden rok. Hypotéza se tedy nepotvrdila. Nejčastěji děti odchází k fotbalu (chlapci), dále také k atletice, orientačnímu běhu a sportovní střelbě. V těchto sportech, vyjmu-li fotbal, jsem našla mnoho společných znaků s hasičským sportem. Vedoucí jsou si vědomi rizika odchodu dětí z družstva a myslím si, že s tím i počítají.

Ze své práce mohu soudit, že příprava je velmi rozmanitá. Hlavní náplní je nácvik disciplín na soutěž Plamen, ale příprava není zaměřená jen na soutěže. Děti si rozšiřují svoje vědomosti jak v hasičském sportu, kde se učí hlavně základy požární ochrany, tak ve všeobecném přehledu, který mohou využít pro každodenní život. Vedoucí se jim věnují, jsou pro ně po celý rok připravovány různé akce, kde mohou strávit svůj volný čas. Hasičský sport není tedy jen o sportu samotném, ale i o nabývání vědomostí pro budoucí život.

## Seznam použité literatury a ostatních zdrojů

- 1) GAVORA, P. *Výzkumné metody v pedagogice*. Brno: Paido, 1996. ISBN 80-85931-15-X
- 2) HÁJKOVÁ, Jana, et al. *Aerobik - soutěžní formy*. Praha : Grada Publishing, 2006. ISBN 80-247-1311-X.
- 3) JEŘÁBEK, Petr. *Atletická příprava*. Praha: Grada Publishing, 2008. ISBN 978-80-247-0797-6
- 4) LIŠKA, Václav; KOVANDA, František. *Historie hasičského mládí*. Praha : FUTURE 2000, s. r. o., 1998
- 5) MARTENS, Rainer. *Úspěšný trenér*. Praha: Grada Publishing, 2004. ISBN 80-247-1011-0
- 6) VACULKA, Jindřich, et al. *Trénink lehkooatletických disciplín*. Praha: Státní pedagogické nakladatelství, 1975
- 7) VÁGNEROVÁ, Marie. *Vývojová psychologie I.* Praha: Karolinum, 2005. ISBN 80-246-0956-8
- 8) *Malý rádce mladého hasiče*. Nové Město nad Metují: Hasiči, s. r. o., 2000
- 9) *Směrnice pro celoroční činnost kolektivů mladých hasičů*. Praha: Sdružení hasičů Čech, Moravy a Slezska, 2004
- 10) *Výroční zpráva SH ČMS*. Praha: Sdružení hasičů Čech, Moravy a Slezska, 2009
- 11) *Průvodce plněním odznaků odborností*. Nové Město nad Metují: Sdružení hasičů ČMS, 2010
- 12) *Učební texty pro vedoucí a instruktory kolektivů mladých hasičů*. Nové Město nad Metují: Sdružení hasičů Čech, Moravy a Slezska, 2009
- 13) Rozhovor s plk. Danou Vilímkovou, Divišov 269
- 14) Rozhovor s Evou Vilímkovou, Divišov 269

- 15) *Better Health Channel* [online]. 2010 [cit. 2011-05-14]. Body mass index (BMI) for children and adolescents. Dostupné z WWW:  
<<http://www.betterhealth.vic.gov.au/bhcv2/bhcsite.nsf/pages/bmi4child>>
- 16) *Český atletický svaz* [online]. 2004 - 2010 [cit. 2011-01-24]. Pravidla atletiky. Dostupné z WWW: <<http://www.atletika.cz/default.aspx?section=57>>
- 17) *Oficiální stránka sekce orientačního běhu Českého svazu orientačních sportů* [online]. 2002 - 2011 [cit. 2011-01-27]. Dokumenty. Dostupné z WWW:  
<<http://www.orientacnibeh.cz/ob/dokumenty.php>>
- 18) *Český střelecký svaz* [online]. 2009 [cit. 2011-02-03]. Pravidla mezinárodních a národních soutěží. Dostupné z WWW:  
<<http://www.shooting.cz/browser.php3?cat=244&viewer=category1.h>>
- 19) *Sbor dobrovolných hasičů Štěchovice* [online]. 2007 [cit. 2011-04-29]. Stručná historie hasičství. Dostupné z WWW: <http://www.stechovice.info/hasici/>
- 20) *Český národní výbor CTIF* [online]. 2011 [cit. 2011-03-08]. CTIF ve světě. Dostupné z WWW:  
<[http://www.ctifczech.cz/index.php?option=com\\_content&task=view&id=16&Itemid=28](http://www.ctifczech.cz/index.php?option=com_content&task=view&id=16&Itemid=28)>

## Seznam grafů a tabulek

Graf 1 Pohlaví vedoucích .....	44
Graf 2 Počet vedoucích s asistentem .....	45
Graf 3 Počet dětí ve družstvu .....	46
Graf 4 Počet tréninků v týdnu .....	47
Graf 5 Délka tréninkové jednotky .....	48
Graf 6 Trénink během roku .....	49
Graf 7 Obsah tréninkové jednotky .....	50
Graf 8 Připravenost dětí na jinou pozici v disciplíně.....	51
Graf 9 Plánování tréninkových jednotek .....	52
Graf 10 Krizové situace při tréninku/soutěži .....	55
Graf 11 Reakce na modelovou situaci .....	56
Graf 12 Jiné hasičské aktivity .....	57
Graf 13 Jiná sportovní odvětví.....	58
Tabulka 1 Počet dívek a chlapců ve družstvech .....	53



## Seznam obrázků

Obrázek 1 Druhy uzlů .....	17
Obrázek 2 Zdravověda .....	18
Obrázek 3 Schéma hasičského útoku .....	20
Obrázek 4 Hasičský útok po odstartování .....	20
Obrázek 5 První úsek štafety .....	22
Obrázek 6 Schéma požárního útoku CTIF .....	24
Obrázek 7 První úsek štafety CTIF .....	25
Obrázek 8 Štafeta požárních dvojic .....	26

## **Seznam příloh**

Příloha 1 Dotazník

Příloha 2 Výsledková listina hry Plamen

Příloha 3 Fotografické zpracování disciplín

## **Příloha 1 Dotazník**

Divišov, 5. 1. 2011

Vážená paní, vážený pane,

jsem studentkou 5. ročníku Pedagogické fakulty Univerzity Karlovy v Praze obor Učitelství pro 1. stupeň ZŠ a obracím se na Vás touto cestou se žádostí o vyplnění přiloženého dotazníku, který bude použit výhradně pro účely mé diplomové práce na Katedře tělesné výchovy.

Cílem mé diplomové práce je zjistit, jak se připravují děti mladšího školního věku v hasičském sportu.

Chtěla bych Vás touto cestou požádat o pár minut Vašeho času na vyplnění dotazníku. Prosím o jeho zpětné zaslání zpět, nebo jeho předání paní Daně Vilímkové.

Veškeré údaje na něm uvedené budou použity pouze v mé diplomové práci.

V případě otázek či nejasností mě prosím neváhejte kontaktovat.

Předem velice děkuji za pomoc.

Zuzana Jermanová

SDH Divišov

Vlašimská 269, 25726 Divišov

jermanovaz@seznam.cz

tel. 775 661 907

# DOTAZNÍK

Název SDH :

Kategorie: mladší

Jste muž – M / žena – Ž:

**1) Jak dlouho již trénujete děti?**

**2) Máte asistenta/tku trenéra?**

- a) ANO
- b) NE

**3) Kolik dětí máte ve svém družstvu?**

**4) Jaký je věkový průměr družstva?**

**5) Jak často trénujete?**

- a) jednou týdně
- b) dvakrát týdně
- c) jinak (doplňte jak často)

**6) Jak dlouhý bývá jednotlivý trénink?**

- a) půl hodiny
- b) hodinu
- c) dvě hodiny
- d) jinak (doplňte jak často)

- 7) **Jak dlouho trénujete?** (myšleno: Jestli nacvičujete celý rok, nebo jen před soutěží, příp. jak dlouho před soutěží?)

**8) Při tréninku:**

- a) nacvičujete pouze disciplíny na soutěž
  - b) máte tréninky zaměřené i na např. zdokonalování rychlosti, vytrvalosti, síly... nebo třeba taktiky, psychické přípravy, apod.
- Jestli jste odpověděli b) , prosím, popište, jakým způsobem dovednosti zdokonalujete.

- 9) **Jakým způsobem volíte děti, které mají danou disciplínu splnit?** (např. proč právě to dítě je u rozdělovače, proč právě to běží štafetu.)

- 10) **Nacvičují všechny děti všechny disciplíny a pozice?** (např. u útoku - učí se dítě u levého proudu i jiné pozice)

- a) ANO
- b) NE

Pokud jste odpověděli NE, popište, jak řešíte např. nemoc při soutěži.

**11) Trénink:**

- a) Připravuji se dopředu, plánuji si každou hodinu.
- b) Řeším vše na místě, bez přípravy, dle situace.

**12) Jakých největších úspěchů jste s tímto družstvem dosáhl/la?**

**13) Je ve družstvu více dívek nebo chlapců? Počty obou pohlaví.**

**14) Charakterizujte děti ve svém družstvu.**

Dítě	Výška	Váha	Věk
1			
2			
3			
4			
5			
6			
7			
8			
9			
10			
11			
12			

**15) Jak děti motivujete?**

**16) Jak pracujete s neúspěchem?**

**17) Zažili jste při tréninku / soutěži nějakou krizovou situaci?**

a) ANO

b) NE

Pokud ANO, prosím popište, o co šlo a jak jste ji řešili.

**18) Představte si, že trénujete tak intenzivně, jak jste zvyklí, a umístíte se na 5. z 10 míst. Považujete to jako úspěch nebo spíše jako prohru? A proč?**

**19) Účastníte se, kromě hry Plamen, nějakých jiných soutěží, táborů...?**

a) NE

b) ANO

Jestli jste odpověděli b), prosím napište jakých.

**20) K jakým jiným sportům odcházejí nejčastěji děti z vašich družstev?**

CELOSTÁTNÍ HRA PLAMEN									
Výsledková listina č. _____ kolo _____ rok _____									
CELKOVÉ HODNOCENÍ									
KATEGORIE		Za umístění v jednotlivých disciplínách se přidávají body, vítězem je družstvo s nejnižším počtem bodů. V případě shodného součtu bodů rozhoduje v celkovém pořadí 1. požární útok, 2. štafeta 4 x 60 m, 3. ZPV, 4. záseh se dleberovou stříkačkou, 5. štafeta požar. dvojic							
start. číslo	SOUTĚŽNÍ DRUŽSTVO	1 závod požárnícké všestrannosti	2 požární útok	3 štafeta 4 x 60 m	4 štafeta požárních dvojic	5 štafeta CTIF	6 pož. útok CTIF	součet bodů za umístění	konečné pořadí přidáním kole soutěže
1	MILICÍN	11	2	9	6	5	8	41	5.
2	SEDLEC	1	5	4	1	11	7	23	4.
4	VZEH. JAVOVICE	2	3	3	3	3	2	16	2.
6	ČECHTICE	6	11	10	8	8	6	49	9.
7	JEHUŠTĚ	3	1	2	5	1	4	16	1.
8	TEPLÝŠOVICE	12	7	8	9	7	9	52	10.
9	LOVDRAČ	10	9	7	7	6	7	46	7.
10	LEHÁNOVICE	8	6	6	4	9	11	44	6.
11	NAČEBÁDEČ	9	4	1	2	2	5	23	3.
14	ZYŠTICE	15	8	11	11	10	10	85	11.
15	JAVOVI	15	10	5	10	4	3	47	12.



### Příloha 3 Fotografické zpracování disciplín

#### 1. Požární útok



Příprava základny



Natažení vedení hadic



Stříkání na terče

#### 2) Štafeta požárních dvojic



První běží kapitán



První ze zbylých dvojic připojuje hadici



Druhá dvojice hadici odpojuje a odnáší



Detail motání hadice

### 3) Štafeta 4 x 60 m



První úsek



Druhý úsek



Třetí úsek



Čtvrtý úsek



## 5) Štafeta CTIF



První úsek



Třetí úsek



Pátý úsek



Sedmý úsek



Devátý úsek



Detail předávky

## 6) Požární útok CTIF



Zahájení disciplíny



Vodní příkop



Překonání překážky



Natažení vedení





Všichni soutěžící musí prolézt tunelem



Překonání překážky



Zásah džberovou stříkačkou



Vázání uzlů



Určení technických prostředků



Ukončení disciplíny